Олег Ленков
Записки молодого папы
Как сделать ребенка счастливым

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Когда в жизни Олега Ленкова появилась маленькая Лиза, он почувствовал настоящую радость. Шаг за шагом, полагаясь на природную интуицию, Олег научился понимать дочь и легко решать проблемы с кормлением, сном и детскими обидами. Своими знаниями о том, каково это – быть отцом маленькой девочки, он делится в блоге с тысячами мам и пап. Заметки из жизни молодого родителя легли в основу этой книги, из которой читатели узнают: как подготовиться к рождению ребенка и адаптироваться к новой жизни; где искать ответы на постоянно возникающие вопросы; как справляться с внутренними противоречиями; как совместить личную жизнь, работу и воспитание ребенка; почему быть отцом – истинная ценность.

Все более увлекаясь новой ролью, Олег открыл собственный «Бэби-клуб», где вместе с коллегами рассказывает родителям, как сделать детей счастливыми и стать счастливыми самим.

- Олег Ленков
  -
  - Дорогой читатель!
  - Обращение к читателю
  - О первых отцовских чувствах
  - О нежности
  - О родах
  - Об улыбке и терроризме
  - Об отношениях родителей и отцовских страхах
  - О ссорах и их пользе
  - Вся правда об отцах
  - Про грудное вскармливание и материнскую ответственность
  - На заметку будущим родителям
  - Все о ней
  - Сегодня грудничку исполняется восемь месяцев
  - Первый зуб
  - О желании ходить
  - О прошлом и будущем
  - О крестинах
  - Обратная сторона отцовства
  - О страхах
  - Один на один
  - Мама – первое слово
  - Этот голос

- Соска и фиаско
- Про отдых
- Возвращения домой
- О сомнениях
- Любить по-настоящему
- Зачем им нужен был ребенок?
- Забавный бытовой эпизод
- О полноте жизни
- Параллельная реальность
- Про легальные наркотики
- Про первые шаги в кулинарии
- Про доверие
- Прощание с соской. Часть вторая
- Про поиски свободы
- Про игры
- Про влияние жен на мужей
- О восприятии возраста
- Дети и фотографии
- Про ритуал чтения на ночь
- Размышления о любви, строгости и справедливости
- Про детский сад
- Про прогулки
- Про влияние крестных
- Страх, эгоизм и справедливость. Все не так просто
- Парадокс семейной жизни
- Про вино
- Мысли о втором ребенке
- Заключение
- Папа, эти строчки я посвящаю тебе
- Вот те советы, которые я даю отцам, желающим, чтобы их ребенок стал счастливым:
- Мои советы мамам, которые хотят, чтобы их ребенок стал счастливым
- Советы, которые я хочу дать супругам, желающим, чтобы они и их ребенок были счастливыми

Олег Ленков
Как сделать ребенка счастливым. Записки молодого папы

© Ленков О.
© ООО «Издательство АСТ»

* * *

Жизнь никогда не дает нам готовых рецептов счастья. Лишь в ее процессе мы познаем глубину и удивительное множество путей, каждый из которых не приведет нас к искомому абсолюту. Возможно, счастье кроется в самом пути – движении, наполненном искренностью и естеством.

Счастье совершенно точно есть в детях – их взгляд, улыбка, эмоции, способность девственно воспринимать жизнь. Дети могут многому научить нас, особенно когда мы готовы учиться. Наша задача заключается в том, чтобы сохранить в них это счастье, не забрав его навсегда. Эта книга подарит вам немало ценных мыслей между строк. Наряду с ними вы получите и непростые вопросы. Быть может, отвечая на них, вы обретете то самое счастье, которым я делюсь в своих записках.

Олег Ленков

Дорогой читатель!

Спасибо, что ты выбрал именно эту книгу для прочтения. Признаться, я попытался вложить в этот текст всю ту безграничную искренность, что появилась в моей жизни с рождением Лизочки.

Я уверен, что главное в жизни – открытость. Поэтому я с радостью пообщаюсь с тобой, мой читатель.

Для этого я оставлю свои контакты. Ты всегда можешь связаться со мной по электронной почте: **oleg.lenkov@baby-club.ru**

Также, я всегда буду рад видеть тебя в гостях у себя в клубе:

Бэби-клуб Матвеевский.
Улица Староволынская, дом 12, корпус 5.
Метро «Славянский бульвар».
Телефон для связи: **+7-915-345-55-55**.

Обращение к читателю

При написании этой книги я не ставил себе каких-то сверхзадач. Моя главная задача заключалась в том, чтобы быть с тобой до конца честным. Моя жизнь не сильно отличается от жизни любого другого среднестатистического папы. Просто в какой-то момент времени я решил положить все свои мысли на бумагу, и поделиться ими с тобой.

Я искренне верю, что этот текст способен вызывать разнообразные эмоции: от ярости и злости до слез и улыбки. И мне было бы очень приятно, если написанное хотя бы чуточку помогло тебе в этом непростом деле – отцовстве.

О первых отцовских чувствах

Знаешь, когда я впервые увидел Лизочку, мужские скупые слезы выступили из глаз. У нас, у мужчин, так не принято. Есть негласное правило, которому следует большинство мужчин: стараться никогда не показывать подобные эмоции, и тем более – не плакать. Но в том-то вся и штука, что при виде своего ребенка просто невозможно удержаться от слез. Этот маленький комочек искренности, чистоты и любви, просто не позволяет тебе реагировать как-то иначе. Тебе не нужно притворяться, сдерживаться, нервничать или переживать. Тебе просто хочется быть самим собой. Ты можешь быть самим собой.

Держа на руках это сокровище, ты как будто отстраняешься от этой жизни с ее законами и правилами. Тебе хочется простых вещей: обнять свою любимую жену, которая еще никогда не была ТАКОЙ красивой, прижать к себе ребенка и сказать «спасибо» каким-то высшим силам, что дали тебе возможность испытывать эти эмоции. Словно закрытый от всего мира неким невидимым куполом, ты начинаешь предвкушать эту новую жизнь. В ее центре – настоящее чудо, которое стало следствием вашей искренней любви. И тебе совершенно безразлично, что будет происходить с тобой самим, лишь бы она была счастлива.

Ты прислушиваешься к ее неровному, еще не сформировавшемуся дыханию, и понимаешь, насколько сильно ты ей сейчас нужен. Ты смотришь в ее молочного цвета глаза, словно в чистый лист бумаги, на котором каждое мгновение будут появляться все новые и новые узоры. Их будет наносить жизнь. Пройдет немного времени, и цвет ее глаз изменится. Да и сама она изменится. Ты будешь замечать эти изменения каждый новый день ее жизни. Но неизменно будет одно – искренность и любовь во взгляде, которые по-прежнему будут проникать тебе в самое сердце.

Удивительно, но уже в первые часы после рождения ты сможешь заметить улыбку на ее лице. И тебе захочется сохранить ее в своем сердце. И каждый новый день ты будешь мечтать об одном – возвратиться домой, взять ее на руки и увидеть ту самую улыбку, что озаряла лицо в первые мгновения ее жизни.

Это и есть любовь.

Так можно описать первые отцовские эмоции.

О нежности

Знаешь, наша жизнь это бесконечное множество эпизодов. Пожалуй, в каждом из них и заключается наша способность воспринимать ее определенным образом. Не важно, что именно с тобой произошло, ценность имеет лишь твое восприятие этого события. Эти мысли пришли мне в голову поздно ночью, или, может, рано утром? Впрочем, какая разница.

Услышав напряженное ерзанье моей маленькой принцессы в ее уютной кроватке и преодолев свое сонно-ленное состояние, я оторвал голову от мягкой подушки. Спустя мгновение я уже был рядом с ней. Малышке плохо спалось. Ее явно что-то тревожило. Быть может дурной сон или же что-то еще более банальное. Несмотря на то, что ее глазки были закрыты, голова и руки выписывали волнительные пируэты в воздухе и, казалось, она вот-вот проснется.

Я уверен, многие отцы знают это беспомощное состояние, когда кажется, будто ты ничего не можешь сделать, и так хочется побыстрей отдать ребенка маме, ведь она всегда знает, чего именно хочет малыш. Ничего такого еще не произошло, но опыт предыдущих дней и недель подсказывал, что это вот-вот может случиться.

Медленно и уверенно я взял Лизу за руку. И тут произошло что-то необъяснимое. Ее крохотная ручка сжала мою, а через мгновение я уже чувствовал, что мою руку сжимают обе ее руки. Она повернулась в мою сторону. Ее глаза были по-прежнему закрыты. Дыхание стало более ровным. Тревога растворилась в воздухе. Я пристально смотрел на то, как она держала мою руку. В этом было что-то волшебное. Сразу вспомнилось что-то из детства, нечто давно позабытое.

Я еще какое-то время сидел рядом с ее кроваткой и любовался тем, как она, мирно посапывая, держит мою руку. Спустя несколько минут она погрузилась в глубокий сон и ее ручки расслабились. Только тогда я смог вернуться в кровать. Но заснуть так и не удалось. В голове крутилась мысль о том, что просто невозможно подобрать слова, чтобы выразить синоним отцовским чувствам. Это особое счастье.

И чтобы испытать его, необходимо пройти долгий путь. Каждый делает это по-своему.

О родах

Роды – важная составляющая в жизни любой семейной пары. И дело тут не только в окончательном результате (появлении малыша на свет), но и в самом процессе.

Для меня удивительно, что значительное большинство мужчин пренебрегает возможностью оказаться рядом со своей второй половинкой в самый важный момент в ее жизни. Они забывают, что этот момент также является наиболее значимым и в жизни самого мужчины. Ведь они оба ответственны за конечный результат.

Нет ничего более удивительного и торжественного, чем появление новой жизни на свет. Тем более когда эта жизнь является частичкой самой дорогой твоему сердцу женщины и тебя самого. Прикоснувшись к этому таинству, я осознал для себя одну вещь: если ты хочешь понять, что на самом деле представляет из себя твоя женщина, посмотри, как она рожает.

Каждый раз, когда я смотрю на свою жену, в голове всплывают воспоминания о том, как она через все это прошла, и я ею горжусь. Это удивительное чувство.

Я считаю, что роды – самое значительное, что может быть в жизни женщины. Это тот редкий случай, когда ты можешь увидеть настоящую и искреннюю представительницу прекрасного пола, которой нужна от тебя лишь поддержка и опора. Я уверен, в этот момент настоящий мужчина просто обязан быть рядом со своей избранницей.

Говорят, что женщины буквально светятся от счастья во время беременности, что делает их особенно красивыми. Это, безусловно, так. Но не все знают, что во время родов эта самая красота и вышеупомянутая искренность, помноженные на настоящие эмоции, возводят роженицу на особую высоту.

Роды – это красиво. Для нее и для него. А результат заставит улыбнуться вас обоих. Ведь вы так долго к этому шли…

Об улыбке и терроризме

Знаешь, а я совершенно не могу устоять перед обворожительной улыбкой моей маленькой пятимесячной принцессы. Иногда мне кажется, что эта улыбка озаряет ее лицо большую часть дня и даже ночью, уж такой она позитивный грудничок.

Стоит лишь посмотреть ей в глаза, и она отвечает широкой детской улыбкой, искренность и естественность которой потрясающим образом заставляют сердце биться чаще. А вот что практически ей не свойственно, так это слезы и плохое настроение. Нет, эти вещи, конечно, также встречаются, но это происходит так редко и занимает такое непродолжительное время, что ты даже начинаешь испытывать что-то вроде чувства радости. Ведь должно быть в жизни разнообразие.

Бытует мнение, что дети не любят одеваться. Наша Лизочка – не исключение. Постоянно изучая ее реакцию во время ежедневного ритуала «подготовки ко сну на улице», я наконец-то понял, что именно ее не устраивает.

Грудничок не любит, когда ограничивают его свободу. Если мама с папой пытаются сковывать движения малыша, он с удвоенной силой пытается сопротивляться, в итоге начинает кричать и это продолжается до тех пор, пока его окончательно не упакуют в коляску (под несколько слоев одеял) и не выведут на улицу.

Дальше происходит удивительное: стоит грудничку лишь почувствовать свежий воздух, и он засыпает в момент. Каждый раз на это уходит не больше одной минуты, даже не приходится укачивать.

В последующий час к нему можно даже и не подходить. Грудничок будет мирно посапывать в своем передвижном логове, и лишь по истечении шестидесяти минут откроет свои удивленные глаза и будет смотреть на окружающий мир, подавая при этом голос. Задача одна: привлечь внимание папы или мамы. После того как малыш их увидит, он успокоится, а через какое-то время снова уснет.

В целом, его сон будет длиться около двух с половиной часов, после чего предстоит похожий процесс раздевания.

Но есть один отрезок дня (или скорее ночи), когда папа с мамой сталкиваются с реальной проблемой. Это происходит ближе к двенадцати часам ночи. По крайней мере, так происходит в нашей жизни.

Грудничок превращается в маленького террориста. Доброго

такого террориста, с широкой улыбкой во все лицо.

Иногда мне кажется, что ночь – его любимое время суток. Именно тогда можно полежать вместе с мамой и папой на их кровати, поочередно рассматривая то одного, то другого, или же просто поползать спиной вперед.

Иногда (в основном по пятницам) грудничок пытается петь (видимо, он тоже смотрел любимый проект папы – «Голос», или по крайней мере он его слушал).

Сказать честно, голоса у нас еще пока нет, но упорству уже можно позавидовать. В общем, время спать, а у грудничка «ни в одном глазу».

Казалось бы, «чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало», но обычно бодрствование продолжается часиков до двух-трех ночи.

Скажи, как можно обижаться на эту маленькую принцессу с такой искренней и доброй улыбкой?

Ну просто невозможно.

Об отношениях родителей и отцовских страхах

Появление ребенка на свет, пожалуй, самый лучший способ проверки отношений на прочность. Еще вчера и мама, и папа были предоставлены самим себе, но уже на следующий день все переворачивается с ног на голову. К этому просто нужно быть готовым. Хотя это тот случай, когда легче сказать, чем сделать.

Когда у тебя появляется малыш, тебе приходится разрабатывать новые отношения со своей второй половинкой, и если для них уже был заложен некий крепкий фундамент (еще в те беззаботные деньки), то создание новой жизни будет проходить значительно легче, хотя полного спокойствия ждать не стоит.

Ведь у малыша есть свои планы на родителей. Он становится центром Вселенной, и приоритет его интересов является настолько ярко выраженным, что ты невольно начинаешь забывать о своих былых желаниях и пристрастиях, подчиняя свою жизнь этому крохотному созданию.

О ссорах и их пользе

Ссоры – неизбежная составляющая первых месяцев жизни в новом качестве. Я совершенно уверен, что не бывает такой пары, которой, став родителями, удалось избежать ссор в самом начале этого долгого пути.

Но знаешь, в этом случае я воспринимаю ссору как возможность. Возможность в стрессовой ситуации прийти к некоему единому алгоритму поведения и воспитания. Ссоры также являются отличным способом в очередной раз проверить ваши отношения на прочность.

Согласись, наша жизнь не была бы такой интересной и захватывающей, если бы все и всегда было спокойно. Эмоции – вот секрет яркой и насыщенной жизни. А когда ты ссоришься, то неизбежно испытываешь целый спектр эмоций, причем диаметрально противоположных. За доли секунды ты можешь испытывать гнев, раздражение, обиду…

Ведь в конце (практически:-)) любой ссоры – примирение. Эти эмоции тоже важны. В любом случае самое главное: делать выводы и пытаться не начинать с того же места.

Вся правда об отцах

Для себя я понял такую вещь. У молодых родителей совершенно разное восприятие своего положения. Это не означает, что кто-то из них больше любит своего ребенка, а кто-то меньше.

Мужчине зачастую гораздо сложнее выразить свои эмоции, но это совершенно не значит, что их нет. Мужчина всегда готов помочь маме с ребенком, но ему бывает страшно.

Возможно, дело все в том, что матери традиционно проводят значительно больше времени со своими детьми, следовательно, они их знают гораздо лучше, по крайней мере, так кажется отцам.

При таких обстоятельствах отец испытывает огромную ответственность в те моменты, когда ему предоставляется возможность побыть со своим ребенком. Он боится сделать что-то неправильно, держа в голове все то время, что проводит с ребенком мать.

Я сейчас не говорю про такие вещи, как «поменять ребенку подгузник», «поиграть с ним на развивающем коврике» или «просто поносить на руках», я скорее имею в виду такие процессы как: одевание ребенка на улицу или укачивание на ночь.

Для каждого отдельного отца этот список будет свой.

Например, я никогда не одеваю ребенка на улицу, так как в этом случае я потеряю достаточное количество нервных клеток в попытке понять, правильно я все сделал или нет, и в результате «экзамен» будет не сдан. Что касается «укачивания на ночь», то здесь вся проблема – в страхе, что ребенок никогда не заснет. Ведь у меня нет навыка для этого.

Ну и с другой стороны, логичным было бы заниматься каждому своим делом. У кого-то лучше получается одевать, у других – играть, некоторые предпочитают кормить…

Ну а если ко всему этому добавить тот факт, что мать обычно имеет возможность кормить ребенка грудью, становится очевидным, кто его должен укладывать на ночь.

Про грудное вскармливание и материнскую ответственность

Знаешь, став отцом я стал совершенно по-другому относиться к женщинам. Проводя время с женой и ребенком, ты волей-неволей сталкиваешься с их взаимоотношениями и видишь как приятные моменты, так и сложности.

Совершеннейшей иллюзией является мысль о том, что быть мамой легко. В словосочетание «быть мамой» я вкладываю глубокий смысл, ведь настоящей мамой нужно стать. Рождение ребенка – старт новой жизни и рождение женщины как мамы, настоящая же проверка будет сразу после появления малыша на свет, и она будет весьма продолжительной и зачастую суровой.

Мне очень грустно видеть молодых мам, которые, в силу эгоизма, лишают собственного ребенка возможности развиваться гармонично. В данном конкретном случае я говорю про грудное вскармливание.

К сожалению, многие молодые мамы быстро отказываются от этого *естественного* процесса. Я не исключаю, что бывают случаи, когда это сделать необходимо по медицинским показаниям или еще по каким-то адекватным причинам, но когда молодая девушка спустя два-три месяца лишает своего ребенка его естественной еды или изначально не хочет кормить его грудью, то она заслуживает лишь порицания.

Обычно эти «глупышки» даже не осознают, что грудное молоко – не только еда, которая содержит все необходимые питательные вещества и микроэлементы для крохи, но также и общение ребенка с матерью. Это имеет огромное значение с точки зрения формирования психики малыша, развития уверенности в себе и доверия к миру в целом. Все это может *иметь* последствия длиною в жизнь.

Молоко вырабатывается специально под нужды грудничка, его состав и вкус каждый раз новые. Если мама сталкивается с инфекцией, то в ее молоке уже через несколько часов вырабатываются специальные вещества, которые защищают малыша. Молоко содержит множество антител, которые помогают сформировать здоровый иммунитет ребенка.

А вот теперь скажи мне, как можно отказаться от грудного вскармливания, зная все это? Или другой вопрос: как можно этого не знать?

Ответ прост – без*ответ*ственность.

Еще одной интересной вещью является тот факт, что до

шести месяцев малыш зависит от иммунитета своей мамы, так как свой иммунитет только начинает формироваться. Это к тому, насколько важен образ жизни мамы: правильное питание, свежий воздух, душевное равновесие…

Приоритеты обязательно должны быть расставлены таким образом, чтобы самым главным был малыш и его здоровье.

Основной проблемой большинства современных мам является эгоизм, какими бы нелепыми отговорками его ни прикрывали.

Женщины боятся потерять упругость груди, хотят быстрее вернуться «в форму». Это нормально, но эти стремления не должны ущемлять интересов ребенка. Я не говорю уже о желании «тусоваться» и тем более ходить по клубам и барам. Женщина, которая мыслит такими категориями, – безответственна. В основе решения забеременеть должно лежать осознание, что ты берешь на себя ответственность за новую жизнь.

На мой взгляд, недопустимо рожать ребенка по принципу «для себя» или для бабушек и дедушек. А я достаточно часто встречаю условно молодых девушек, которые во что бы то ни стало стремятся обзавестись детьми. Отцом может стать практически любой, да и его желание не всегда является необходимым условием. И какое будущее они планируют построить? Будущее, основанное на собственных бестолковых амбициях? Ребенка должны искренне хотеть и мама, и папа. К его появлению должны быть готовы. Лишь в этом случае у него будет перспектива. А когда в основе желания родить лежит эгоизм, стремление что-то кому-то доказать, повысить свой социальный статус или просто потому, что «пришло время», ребенок так или иначе будет страдать, а ты вместе с ним.

Будь ответственным!

На заметку будущим родителям

Знаешь, полезная, оказывается, вещь – общение с читателями. Когда я опубликовал текст «Про грудное вскармливание и материнскую ответственность», он привлек внимание молодых мам, результатом чего стал конструктивный (в целом) диалог в комментариях.

По его итогам мне стало понятно, что значительная часть женщин, планирующих стать мамами (или уже ставшие ими), крайне нуждаются в полезной информации. И я решил поделиться тем, что мне кажется важным.

Сказать честно, когда я только начинал цикл этих постов, еще в интернете, мне хотелось лишь поделиться искренними эмоциями и чувствами молодого папы со своими читателями. Это был некий порыв, который, помимо прочего, может заинтересовать не только тех, кто знает меня лично, но и ту часть читателей, которая любит истории про путешествия.

Я искренне считаю, что появление ребенка на свет может восприниматься молодыми родителями как некое новое и яркое путешествие с большими возможностями и серьезными последствиями. Не стоит забывать и про *колоссальную* ответственность, которая лежит на тех, кто решил отправиться в это путешествие.

Пройдя вместе с моей любимой женой весь путь от зачатия до первых месяцев жизни малыша, я получил хорошее представление о том, насколько сложно в нашей стране найти необходимую информацию по данной теме.

И дело здесь не в том, что ее нет. Наоборот, объем этой информации настолько велик, что найти действительно нужное и полезное крайне сложно.

Поэтому я решил поделиться с тобой тем, что мне показалось полезным. Быть может, это пригодится и тебе.

Я не пытаюсь навязать свое мнение, и, тем более, не претендую на истину в последней инстанции, я просто хочу дать ряд рекомендаций, которые могут оказаться востребованными.

Прежде всего, я хочу, чтобы ты всегда помнил следующее.

Планирование ребенка – весьма ответственное мероприятие, и человек просто обязан отнестись к этому крайне серьезно.

Я убежден, что все начинается еще с того момента, когда ты выбираешь спутника жизни. В моем случае главных критериев выбора жены было два:

1) Я искренне хотел найти любовь через дружбу. В том

смысле, что в основе отношений будущих мужа и жены, на мой взгляд, должны быть настоящие дружеские отношения, построенные на честности. Все остальное должно прийти потом. Когда в основе отношений лежит страсть, то перспектива продолжительности таких отношений представляется мне весьма туманной.

2) Я принял решение жениться, когда понял, что она могла бы стать хорошей мамой. По крайней мере, я в это поверил. Ведь есть вещи, которые очень сложно скрыть. У таких людей есть важное качество – ответственность.

После того как ты нашел такого человека, должно пройти достаточно времени для того, чтобы вы решили связать свою жизнь браком. Спустя какое-то время у вас появится желание завести детей. Важно, чтобы это желание было обоюдным (то есть ребенка хотели и муж, и жена), не навязанным извне.

Не торопись, не пытайся зачать ребенка во что бы то ни стало. Как правило, главное, чтобы желание завести ребенка не превратилось в идею-фикс.

Расслабьтесь и занимайтесь делом:-) Никогда не знаешь, когда это произойдет. В моем случае, жена забеременела за месяц до того, как мы приняли решение о том, что через месяц следуют приступить к процессу. И такое бывает.

После того как это произошло, тебе всерьез нужно заняться своим здоровьем (хотя я предполагаю, что и до этого момента ты не вел сомнительный образ жизни).

Постарайся больше времени проводить на улице, по возможности на свежем воздухе, где-нибудь за городом. Постоянно пей большое количество обычной воды. Постарайся избегать негативных эмоций. Не стоит носить тяжести. Попытайся организовать свою жизнь таким образом, чтобы в ее центре находился малыш и его здоровье. Не кури. Избегай мест, где курят. Не употребляй алкоголь. Озадачь себя поиском проверенного и надежного врача. Проходи обследования. Сдавай анализы. По их результатам предпринимай необходимые действия. Уже на этой стадии начни продумывать где, как и с кем ты планируешь рожать.

Все эти вещи лежат в основе будущих родов. И от этого, в значительной степени, зависит то, как они пройдут.

В моем случае мы остановились на программе «Естественные роды», которую нам помогла реализовать школа естественных родов «Драгоценность».

Потрясающая, добрая и душевная организация, которая поможет тебе разобраться в таких серьезных вопросах, как

беременность и роды. Здесь тебе расскажут практически про все роддомы Москвы и все, что с ними связано. Помогут найти врача, который будет принимать роды. Можно самостоятельно выбрать акушерку, которая будет тебя сопровождать всю беременность, а также роды.

Советую посетить их сайт, а затем приехать и почувствовать атмосферу этой организации.

Честно говоря, я по жизни опасаюсь подобного рода организаций, так как они мне больше напоминают секты. Поэтому при обращении в такие учреждения, попытайся получить как можно больше информации, желательно привлеки какого-нибудь друга или подругу. Беременной жене лучше не доверять, ее голова будет забита другим. Да и гормоны – не лучшие советчики в *подобного рода* вещах.

Также хочу посоветовать очень хорошего УЗИста – Мальберг Ольгу Леонидовну. За ней закрепилась репутация врача, который безошибочно определяет пол ребенка на самых ранних сроках. Профессионал своего дела. Она работает в «Перинатальном центре на Севастопольском проспекте» (его я, кстати, не рекомендую) и в клинике «Мать и дитя».

И еще раз хотелось бы посоветовать центр обучения и поддержки семьи «Мама-Сити». Здесь тебе помогут разобраться с такой важной вещью, как грудное вскармливание (это целая наука), а также ответят на любые другие вопросы.

Мне всегда приятно, когда в жизни попадаются профессионалы, которые знают и любят свое дело. «Мама-сити» – лучший пример такой организации. Не жалею не единой копейки, что им заплатил.

Все о ней

Улыбка, смех, пристальный взгляд в самую душу… Та искренность, что делает глаза мокрыми. Ей можно все – нет ни одной вещи, ни одного желания, которого тебе не хотелось бы тут же исполнить и осуществить. Глядя на нее, ты просто не можешь думать иначе, отцовские чувства буквально разрывают тебя изнутри, заставляя сердце колотиться в бешеном ритме. Она твоя принцесса, твое сокровище, яркий свет, постоянно напоминающий о том, что такое счастье.

Ей уже семь месяцев, а ты до сих пор не можешь понять, как же ты жил до ее появления на свет. Как можно было не просыпаться посреди ночи от нежных прикосновений ее маленьких ручек к твоему лицу, сразу встречая тот самый взгляд и все ту же улыбку, в которой ты отчасти видишь себя самого и такие тонкие, едва уловимые, но столь дорогие черты твоей любимой жены? Как можно было возвращаться с работы домой без предвкушения встречи с этим маленьким чудом, случайно увидевшим тебя в зеркале и (судорожно развернувшись) уже ползущим к тебе с задорным смехом?

Ее ползания, пение, попытки встать на ноги, хлопанье в ладоши, первые звуки и слова, радостный хохот во время традиционного вечернего купания, – все это настолько наполнило твою жизнь, что ты с грустью оглядываешься назад, вспоминая о той пустоте, что оставалась в твоем сердце еще несколько месяцев назад.

Теперь все иначе. Теперь все по-настоящему. Ты живешь полной жизнью, которая, наконец-то, обрела истинный смысл.

Сегодня грудничку исполняется восемь месяцев

Традиционно мы отмечаем это событие весьма широко.

Мама, папа, бабушки и дедушки, тети и дяди зацеловывают грудничка как подорванные, все суетятся, ощущение праздника витает в воздухе. По случайному стечению обстоятельств папа забирает заказанные несколько месяцев назад подарки из Германии (новое автокресло, новый стульчик для кормления, пароварку и другие мелкие приятные вещички). Благодаря «любимой» почте России процесс доставки посылки затянулся.

Грудничок пока еще не получил всего этого, но ближе к вечеру его ждут сюрпризы. Думаю, что фотографии сразу же попадут в инстаграм (там вообще много фотографий грудничка), подписывайтесь.

Первый зуб

Главным достижением последних недель стало появление первого зубика. Никогда не думал, что такое, казалось бы, естественное и очевидное событие вызовет у меня какие-то особенные чувства. Но на практике произошло иначе. Я безумно обрадовался и начал прыгать как ребенок. На радостях от находки я налил себе стопочку егермейстера, тем самым отметив знаменательное событие. До сих пор не могу понять, почему я реагировал именно так, но чувство радости было примерно такое же, как после моего удачного экзамена на получение водительского удостоверения в ГИБДД.

Очень приятно, что первым человеком, который это обнаружил, стал именно я. Что касается самого грудничка, то, судя по его удивленному выражению лица, он явно не понимал, что происходит с папой и почему тот так радуется, но, видимо, из чувства солидарности на его лице появилась улыбка.

О желании ходить

Грудничок определенно хочет ходить самостоятельно. Постоянный прогресс говорит о том, что это вот-вот случится. Что касается ползания, то этим навыком грудничок овладел в совершенстве. Иногда мне кажется, что он может дать фору папе.

Лиза очень любит подползать к диванам и креслам и, опираясь на них рукой, привставать и передвигаться по всей их ширине. Если же она замечает какой-нибудь интересный предмет, случайно оказавшийся в глубине дивана, особенно телефон, она привстает на мысочки и прикладывает максимальные усилия для того, чтобы предмет вожделения оказался в ее маленьких ручках. Если не получается, то она смотрит на папу или маму с таким выражением лица, что просто невозможно остаться безучастным.

О прошлом и будущем

Поразительным образом грудничок становится все старше. Ее взгляд уже давно стал осмысленным, а движения становятся все более и более женственными. Маленькая девочка потихоньку начинает влиять на своего папу, подчиняя своей воли и навязывая свои интересы.

Прошло всего девять месяцев с момента ее появления на свет, а я по-прежнему смотрю на нее и испытываю все те же чувства, что наполняли сердце в тот первый раз, когда я взял ее на руки в роддоме.

Удивительная вещь: с появлением в моей жизни Лизы знакомые стали часто говорить мне о том, что я изменился. Кто-то говорит, что я повзрослел, другие акцентируют внимание на том, что взгляд стал более осмысленный, кто-то придумывает еще что-то в этом духе.

Лично я вижу в этих словах какую-то пустоту. Это лишь слова, вуалирующие безразличие, а иногда и полное непонимание. Это штампы, коими, к сожалению, наполнена наша жизнь. Люди, которые знают меня достаточно хорошо, те, кто сопровождает меня по жизни, никогда не высказываются в подобной манере. И они правы.

Я совершенно не изменился. Обстоятельства изменились, и так получилось, что я успел к ним подготовиться. Жизнь приобрела иной формат, и будучи увлеченным жизнью, я с трепетом смотрю в это заманчивое будущее, наполненное отцовскими чувствами и теплотой семейного очага. Я очень люблю своих девочек, и со всей искренностью хочу передать им свое видение жизни, так же, как я хочу передать его и тебе.

Уже в июле мы с Лизой отправимся в ее первое путешествие в Хорватию, где я постараюсь заразить ее удивительной жаждой познания мира, что испытываю сам.

Ведь главное сделать первый шаг…

О крестинах

Знаешь, в жизни каждого православного грудничка наступает время, когда его родители задумываются о крестинах. Вот и в нашей жизни наступил этот момент. Волею судьбы дата крестин выпала на день, когда грудничку исполнялось десять месяцев.

Сразу хотел бы описать свое отношение к обряду крещения. Прежде всего, я не являюсь православным верующим. Ну, то есть, в моем понимании человек, который во что-то верит, может вполне обойтись и без посредников, в данном случае церкви. Достаточно иметь внутренние принципы, некий стержень и элементарное представление о том, что есть зло, а что есть добро. Также, на мой взгляд, необходимо быть толерантным. Этого вполне достаточно для того, чтобы быть достойным человеком.

Зачастую, самыми лицемерными людьми являются те, кто с пеной у рта говорят о вере и демонстрируют свою религиозность, навязывая свои представления окружающим, нарушая при этом многие библейские и прочие заповеди.

Вера – что-то личное. Веру не нужно выставлять напоказ.

Ты, наверное, сразу захочешь спросить меня, а зачем тогда крестить?

Я считаю, что в самом обряде крещения нет ничего плохого. Это некая дань традициям того социума, в котором мы живем. Все мои родственники, а также родственники моей жены являются православными, соответственно, они с особым трепетом относятся к обряду крещения и считают его одним из наиболее важных этапов в жизни.

Что касается меня, то я смотрю на эту ситуацию немного по-другому. Это действительно важный этап в жизни человека, ведь появляются люди, которые становятся для него больше, чем просто дядя и тетя. Крестный папа и крестная мама – те люди, которые имеют особую связь с родителями грудничка (в нашем случае). Сам факт того, что ты предложил человеку стать крестным твоего ребенка, говорит о том, что человек многое для тебя значит и ты готов доверить ему самое дорогое, что есть в твоей жизни. Ведь крестные родители ответственны за духовное и нравственное воспитание ребенка.

После того, как эти люди приобретают новый статус, их жизнь меняется. Появившаяся ответственность наполняет ее дополнительным смыслом.

Мне очень жаль, что в последнее время обряд крещения все больше походит на банальное оказание коммерческих услуг. Сам факт того, что эта услуга является платной, заставляет

усомниться в ее первоначальном замысле. Батюшки все реже приглашают крестных родителей на предварительную беседу, а ведь это имеет важную роль. В нашем случае батюшка заставил грудных детей ждать на улице, так как сперва необходимо было освятить автомобили каких-то людей. На мой взгляд, как-то странно. Нужно с этим бороться.

Переходя к обряду крещения, хотел бы рассказать тебе о некоторых его итогах.

Так как наша семейка, вежливо говоря, весьма творческая, все прошло таким образом, что нам есть, что вспомнить. Началось все с того, что я забыл взять с собой в церковь свидетельство о рождении грудничка. В результате, мне долго пришлось объяснять сотрудникам церкви причину, по которой они просто обязаны принять за правду электронную версию этого документа в моем айфоне.

Дальше было хуже. Вместе с нашим грудничком крестили еще около восьми детей. В какой-то момент я обратил внимание, что в углу наблюдается какая-то суета. Крестная мама держит грудничка на руках, а крестный папы вместе с некоторыми приглашенными ползает по полу церкви и что-то ищет. Через какое-то время он повернулся ко мне и на мой недоуменный взгляд произнес, что потеряли крестик. Я этому не удивился. Через несколько минут можно было наблюдать интересную картину. Приличные люди ползают на коленках по церкви. Поиски дали результат, и крестик был найден.

Чуть позже, когда батюшка хотел облить нашего грудничка из ковша, тот схватился за ковшик рукой и попытался остановить процесс. Тщетно. Спустя несколько мгновений плачущего грудничка уже вытирали его маленьким полотенцем в четыре руки.

На обряд крещения были приглашены лишь самые близкие. К нашему удивлению, их оказалось двадцать пять человек. Как ты можешь догадаться, некоторые их этих людей принесли с собой фотоаппараты. В результате, каждый раз, когда батюшка подходил к грудничку, его буквально ослепляли вспышки со всех сторон. После тщетных попыток прогнать всех этих папарацци (которые перемещались из одной стороны церкви в другую) батюшка смирился с такой ситуацией и продолжил. Судя по выражению его лица, терпение покидало его.

Когда обряд крещения подошел к концу, выяснилось, что крестик снова пропал. Причем это произошло уже на улице. И снова те самые вроде бы приличные люди ползают по церкви. В результате продолжительных поисков крестик снова был найден. Каким-то образом он оказался за алтарем.

Во время обряда крещения ни один грудничок не пострадал.

Обратная сторона отцовства

Отцовство – крайне ответственный и важный шаг в жизни каждого мужчины. Я не устаю повторять о том, что, прежде чем задумываться о детях, необходимо тщательно взвесить не только свои собственные возможности, но и возможности твоей второй половинки и вашего союза в целом.

Без взвешенного анализа всех этих деталей ты рискуешь стать участником лотереи, финальный результат которой может очень сильно разочаровать, а самое главное, испортить жизнь не только тебе, но и твоему ребенку.

Мне всегда были интересны люди из семей, где по тем или иным причинам отсутствует мама или папа. Я сейчас говорю именно про ту ситуацию, когда мама или папа уходит из семьи по своему желанию. Последствия такого сценария в значительном большинстве случаев существенным образом сказываются на ребенке, и он становится невольной жертвой обстоятельств, боль от которых будет преследовать его, скорее всего, всю жизнь. В очень редких случаях, мудрость одного из родителей способна свести негативные последствия для ребенка к минимуму, но и этого минимума, к сожалению, будет достаточно, чтобы задать неправильный вектор в его гармоничном развитии. Ну а что говорить о тех ситуациях, когда, например, обиженная на своего бывшего мужа женщина рассказывает дочке, какой ее папа плохой человек.

Ролевая модель, которая непременно появится в результате такого сценария, будет преследовать человека по жизни. Каждый раз ты будешь искать некий недостающий фрагмент где-то в самой глубине его души, и каждый раз будешь наталкиваться на стену. Это очень страшно, и самая большая проблема заключается в том, что весь ужас этой ситуации будет преследовать тебя (родителя) по ходу всей жизни, параллельно с взрослением ребенка. И чем дальше, тем очевиднее. А когда (если) в конце концов ты сделаешь правильные выводы, изменить ситуацию будет практически невозможно. Печально, что она может сильно сказаться и на следующем поколении.

Но не думай, что есть некая идеальная ситуация для отца, в которой он может оказаться. Каждый пример отцовства является уникальным. У каждого примера есть свой бэкграунд, есть свои реалии, есть вещи, которые невозможно воспринимать в отрыве от отцовства. Прежде всего, это отношения с родителями, с тещей, тестем, жилищный вопрос, работа, друзья… Порой бывает очень непросто сложить всю эту мозаику воедино. Иногда тебе

кажется, что все эти элементы – детали из совершенно разных пазлов, но волею судьбы ты вынужден собирать одну картинку.

Отцовство сильно сказывается на другой твоей социальной роли, роли мужа. Также это влияет и на твою любимую, ведь она помимо жены становится еще и матерью, что поначалу очень сложно осознанно воспринимать.

Приготовься отойти на второй план и постараться там выжить.

Я привык честно и откровенно высказывать свою позицию на различные темы, пусть иногда мои размышления могут показаться жесткими, а для кого-то вообще обидными. На мой взгляд, мы с тобой живем в достаточно открытой стране. Это не Соединенные Штаты Америки, где ты постоянно вынужден тысячу раз подумать, прежде чем выразить то или иное спорное суждение, которое потенциально может обидеть какую-нибудь группу лиц. У нас все проще, все называется своими именами. Если человек «пидарас», то обычно его так и называют, невзирая на то, что это может звучать неполиткорректно.

Став отцом, приготовься к тому, что вся нежность со стороны жены перейдет к твоему ребенку. Зачастую, тебе будет казаться, что ты совершенно лишний человек. Иногда это будет очень близко к действительности, по крайней мере, на подсознательном уровне. Понятие «секс» приобретет совершенно иной смысл. И тебе покажется, будто сама природа пытается бороться с твоими животными инстинктами. И в результате ты можешь очень многое потерять. Выбор за тобой.

Или же это все детали одного пазла, пусть и очень сложного пазла, который ты в состоянии собрать?

Я пока не нашел ответа.

О страхах

Откуда берутся страхи и как с ними бороться? Пожалуй, все мы в той или иной степени чего-то боимся, и каждый из нас пытается разобраться в природе того или иного страха. Многие психологи говорят о том, что все это из детства. Набравшись разнообразных страхов в начале жизни, мы вынуждены существовать в таком состоянии долгие годы. Так почему бы не избавить наших детей от этих глупостей?

У Лизочки появились ее первые грудничковые страхи. Во-первых, она очень боится мыть голову. Стоит ей сказать об этом, как на ее лице появляется выражение полного ужаса.

У меня есть своя теория, откуда появился этот страх. Как-то раз, во время очередного мытья головы, шампунь попал ей в глаза, после чего появились не самые приятные ощущения. Глаза начало щипать. Этот момент ей запомнился, и, в результате появился страх.

Еще Лиза стала бояться врачей. При виде их она пускается в слезы, предчувствуя неприятные процедуры.

Так вот, на мой взгляд, очень важно уметь разговаривать с ребенком и объяснять ему причину тех или иных действий, приводя разумную аргументацию. Не стоит думать, что, допустим, двухмесячный малыш ничего не понимает. Тот факт, что ребенок еще не умеет полноценно разговаривать, совершенно не означает, что он не умеет слушать и понимать.

Самое неправильное в этой ситуации – молчаливо продолжать делать то, что ребенку не нравится (ведь так легче), не пытаясь объяснить. Ребенок, так же как и взрослый человек, умеет воспринимать ту информацию, которую ты пытаешься до него донести. И если, например, ты моешь ему голову, а он плачет, то не стоит говорить «все хорошо, не плачь» или просто молчать, следует попытаться объяснить малышу причину своих действий, а желательно превратить это в увлекательную игру. На мой взгляд, даже произнесенное слово «надо», будет восприниматься ребенком лучше, чем «все хорошо, не плачь». Ведь первый вариант говорит ему, что в этом действии есть какой-то смысл, пусть он и не понимает какой, а второй – не имеет смысла, ведь ребенок чувствует, что «хорошего» просто нет. А это значит, что ты его обманываешь.

Последствия страхов обязательно отразятся на полноценности жизни малыша, в той или иной степени. Банальный пример – с рождения Лиза очень любила купаться, но стоило шампуню попасть в глаза, как любовь прошла. Появилась

ассоциация: купание – шампунь – боль. А ведь такое восприятие ложное, ну или по крайней мере – не точное.

Что касается врачей, здесь также нужно разговаривать, пытаясь максимально подробно рассказать ребенку о том, что именно будет делать доктор и почему. При этом нужно быть спокойным и излучать уверенность. Если ты сам будешь испытывать страх, то ребенок это сразу почувствует, и тебе не удастся успокоить его.

Крайний раз, когда к нам приходил врач, мы смогли победить страх. Начиналось все как обычно: стоило ребенку увидеть знакомое лицо – и началась паника.

В тот раз мы изменили стратегию. Сначала мы вместе с врачом пили чай, обсуждая что-то веселое, и смеялись. При этом Лиза была у меня на руках. Затем я подробно рассказал ей о том, что за «штучки» принес с собой доктор, и что он будет делать. Через какое-то время малыш успокоился и спокойно пережил плановый осмотр и даже очередную прививку.

Я испытал чувство гордости, как за себя, так и за ребенка, который достойно со всем справился.

Наша следующая цель – вернуть любовь к купанию и научиться мыть голову.

Один на один

В жизни каждой мамы рано или поздно наступает такой момент, когда она вынуждена уехать по делам, оставив своего благоверного один на один с грудничком. Для папы это настоящее испытание, каким бы хорошим, добрым и терпеливым он ни был. Так получилось и у нас.

Стоило закрыть дверь, и время пошло. Это как-то срабатывает само собой. Ты как будто включаешь внутренний таймер, ожидая, когда жизнь вернется в привычное русло. Но пока вы с ней наедине, он продолжает тикать.

То ли чрезмерное чувство ответственности, то ли обыкновенный страх от отсутствия опыта. Ведь в твоей власти находится то бесценное создание, которое привнесло так много нового в твою жизнь. И она уже смотрит тебе прямо в глаза. Своим глубоким пронизывающим взглядом буравит тебя, как будто от твоей реакции на этот взгляд зависит что-то очень важное. Чувственно произносит «папа» и тебя буквально разносит на осколки от трепета в ее голосе и бесподобно искренней, многогранной мимики на ее лице.

Она берет тебя за руку и ведет по своим делам. Ты в ее власти. Ей еще не исполнилось двух лет, но это уже настоящая леди, со всеми вытекающими. Она подчиняет тебя полностью. А тебе так не хочется сопротивляться, ведь лучшей реакцией на твои действия является ее звонкий смех и сладкая улыбка.

Вы вместе играете, вместе «ходите на горшок», разглядываете, как моросит дождик за окном, а затем ловите мух, чтобы в шутку съесть их. Она смеется и танцует, стоит лишь уловить звуки музыки. А ты просто наблюдаешь и испытываешь чувство гордости, что у тебя именно дочка.

Ты все пытаешься накормить ее, но она постоянно отказывается, предпочитая шумные игры и беготню. Потом ты уговариваешь ее покушать, и она вроде соглашается, остается лишь приготовить.

Вы стоите вместе у плиты. Ты помешиваешь маленькие макароны и закладываешь куриное яйцо, в то время как она тянется на своих маленьких пальчиках со своей крохотной табуреточки, чтобы увидеть, как закипает вода в кастрюле. Ты наблюдаешь за тем, как ей неудобно, и сажаешь ее на плечи, чтобы ей было лучше видно, а потом возвращаешь обратно на табуреточку.

Пытаясь понять, не переварились ли макароны, ты ловишь их вилкой в кастрюле, а в этот самый момент твою дочку охватывает

приступ нежности и она прижимается к твоим ногам (стоя на своей табуретке) и обнимает их, нежно целуя то одну, то другую.

И совершенно не важно, что после того как все будет готово, она снова откажется от еды, резво бегая вокруг стола.

Ты включишь ей любимый мультик «про коровку», а она начнет плакать, когда коровка будет петь веселую песню со словами «пока», «пока». Ты будешь ее успокаивать, прекрасно зная, что это еще не конец мультфильма. Но эти слова не убедят ее, и ты будешь вынужден поставить тот же мультфильм, сначала.

Через какое-то время маленькая девочка с чувством начнет разбрасывать крохотные детали какого-то конструктора, заставляя тебя встать, чтобы поднять все это, а в особенности ту деталь, которая улетела совсем далеко. Но внутренняя лень вкупе с задатками воспитателя помогут тебе убедить ее самостоятельно собрать все это в корзинку и положить обратно в полку.

Она успеет пять раз пописать, и один раз покакать, причем один раз она сделает это на твоем любимом кожаном кресле. После чего отбирать у тебя тряпку, а когда ты не отдашь ее, будет громко и выразительно плакать. Но потом снова обнимет и прижмется к тебе сильно-сильно.

Вы по очереди уложите спать всех ее «ляль» и животных. И, не дай бог, ты отнесешься к этому несерьезно.

Затем будет несколько попыток заставить выпить лекарство, чтобы прошли кашель и горло. Будут чай и йогурт, рыба и помидоры, хамон и орешки, семечки и яблоко, груша и морковь, виноград и сухарики. Что-то она понадкусывает. Что-то съешь ты сам.

Затем вернется мама.

Грудное молоко вкупе со временем сделают свое дело, и ребенок попросится спать. Ты почитаешь ей любимую книжку, после чего выключишь свет и ляжешь на кровать в ожидании покоя. Она возьмет свою маленькую бутылочку с водой и будет жадно пить, после чего подползет и плюхнется на тебя, чтобы обнять. В заключении, она потянется к твоим губам, для того, чтобы (как ты подумаешь) поцеловать, но, открыв сжатые губы, ты почувствуешь, как в рот льется вода, которую она на самом деле не проглотила. И радостный хохот резво уползающего грудничка даст тебе понять, что день подошел к концу.

Мама – первое слово

В последнее время прихожу к мысли, что нет никакого равноправия между родителями. А ведь мне всегда казалось, что было бы справедливо наделить мужчину и женщину равными правами.

Равноправие мужчины и женщины – это миф, хотя бы ввиду физиологии. На нас изначально возложены разные функции по жизни. Мы, по своей сути, по-разному устроены.

Отсутствие равноправия можно наблюдать через призму разнообразных явлений.

Возьмем «кавказскую семью», как пример традиционных ценностей. Спроси любого армянина, дагестанца, грузина про отношение к матери. В 99 % случаев ответ будет одинаков. Для этих людей мать – главный человек в жизни. Ради нее они готовы на все. Недаром самым серьезным проступком считается оскорбление матери.

С отцом все по-другому. В лучшем случае его уважают. Но, безусловно, он должен это заслужить своим поведением и отношением к семье. Когда отец трудится на благо семьи, стараясь создать достойные условия для жизни, он возвышается в глазах матери. И это передается детям. Формируется уважение и доверие.

Условное равноправие мужчины и женщины окончательно исчезает с появлением детей. На мать обрушивается лавина новых трудностей. Роль отца иная. Он помощник. Как бы сухо это ни звучало, это так.

Грудное вскармливание, бессонные ночи, материнские переживания, ограничения в еде, борьба с последствиями беременности, физическое истощение – с приходом этих вещей равноправие переходит в разряд мифов.

Что касается отца, единственная его задача сводится к тому, чтобы не быть «подонком». Ведь у него значительно больше свободы для маневров. Главное, чтобы в этой свободе он не заблудился. А ведь это испытание, иллюзорная простота которого погубила не одну семью.

Первые годы жизни ребенок нуждается в маме чуть ли не 24 часа в сутки. Ни один отец не проводит столько времени с ребенком. Да и природа того не требует.

Часто наблюдаю картину, когда без крайней необходимости молодые мамы выходят на работу через пару-тройку месяцев после рождения ребенка. В большинстве случаев, в этот момент они думают о детях в последнюю очередь. Собственное эго – и

лишь затем потребности грудничка (если, конечно, его вообще кормили грудью).

Вот скажи мне: о чем они думают, постоянно уезжая встречаться с друзьями, в салон красоты, выходя на работу? Это ли материнский инстинкт? Это ли нужно ребенку?

А instagram кишит разнообразными фотографиями с улыбающимися мамами, «спешащими» домой к детям, и комментарии соответствующие. Это некая попытка обмануться? Или создать иллюзию? Перед кем ты оправдываешься?

Ребенку всего лишь нужна мама. Просто помни это.

Этот голос

Совсем недавно Лиза стала разговаривать. В смысле, как взрослые. Это такое удивительное ощущение: общаться со своим ребенком на равных. То, что она говорит, имеет глубокий смысл, и эта глубина определенно просматривается в выражении ее лица. Черт побери, да когда я с ней общаюсь, у меня создается впечатление, что все мои сторонние беседы и дискуссии с кем бы то ни было, вовсе не имеют смысла.

До сих пор не могу привыкнуть к тому, как она, ложась спать, нежно-нежно шепчет мне: «Папочка, хочу кушать. Принеси, пожалуйста, чай, булку, масло и медик».

А еще, она иногда называет меня «Олежка». Мир просто не способен вместить в себя столько нежности, что проходит между нами каждый раз, стоит лишь завести разговор. Я иду на кухню, беру белый хлеб, срезаю с него все корочки, намазываю масло, а затем добавляю ароматный мед. Наливаю травяной чай в ее любимую чашечку. В это время Лиза лежит вместе с мамой в полутьме и ждет возвращения папы с вечерней трапезой. Как только я вхожу, она вскакивает со своей маленькой кроватки, взбираясь к нам, садится на корточки и с вожделением начинает кусать бутерброд, запивая горячим чаем. При этом она обязательно что-то рассказывает, нежно улыбаясь обоим родителям. В эти минуты нет на Земле более послушного ребенка. По окончании она спешно перемещается на свою кроватку и укрывается одеялом, пальчиком показывая на темноту за окном, говоря при этом: «Ночка, нужно спать». Время от времени она дополняет эту фразу известной песенкой из «Спокойной ночи, малыши», в своей авторской, ни на что не похожей версии. Волшебная атмосфера буквально пронизывает воздух в квартире.

Знаешь, когда Лиза только родилась, я посмотрел на нее, и в голове появился целый ряд вопросов. Честно говоря, я до сих пор не могу понять, почему именно они крутились в моей голове тогда. Среди прочего, мне было очень любопытно, каким будет ее голос. Вроде бы дурацкий вопрос, глупый какой-то. Но когда я наблюдал за спящим малышом, только появившимся на свет, и впервые услышал ее плач, этот вопрос никак не мог выйти из головы. С тех пор я каждый день размышляю над этим, вслушиваясь в ее бормотание. Она уже отлично разговаривает. Ее низкий, но в то же время звонкий детский голосок таит в себе какую-то загадку. Но я по-прежнему не могу сказать, каким он будет. Каждый день появляются все новые и новые оттенки.

А как она читает стихи!!! Ты бы знал!

Соска и фиаско

Знаешь, в жизни каждого ребенка наступает момент, когда ему нужно отказаться от соски. Проблема заключается в том, что зачастую сам ребенок ничего не знает об этом факте. Более того, считает, что соска – нечто вечное. Как воздух, еда и вода.

Я отношу себя к той категории отцов, которые предпочитают аргументацию силе. Поэтому стараюсь уговаривать ребенка и пренебрегать прочими, казалось бы, более действенными методами.

К вопросу с соской я подошел основательно. Заранее начал подготавливать почву для достижения поставленной цели. Внимательно изучив интересы ребенка, понял, что в свои 2 года и 4 месяца Лиза очень хочет поскорее пойти в детский сад, ведь там много детишек, игрушек, добрые воспитательницы. Там все гуляют, бегают, прыгают, танцуют, поют песенки и «рассказывают» стихи. На уровне сегодняшнего восприятия садик для Лизы является филиалом рая на земле. Хотя слова «рай» и «филиал» ей не известны.

Также она очень любит фей, которые каждую ночь, во сне, забирают ее с собой в полет.

Она уже знает, что феи не забирают с собой маленьких девочек с сосками. Да и в детском саду пустышки не в почете.

Выбор за ней. Она сама все понимает.

С одной стороны – мусорное ведро и перспектива, с другой – наслаждение в режиме реального времени. Ее взгляд говорит о том, что решение принято. И вот, подходя к мусорному ведру, она пристально всматривается мне в глаза, выдерживает театральную паузу и выбрасывает самое сокровенное.

Родители ликуют. Но папа вспоминает про фотоаппарат и знаковость момента, предлагая ребенку повторить проделанное.

Ребенок повторяет. И во второй раз лезет в ведро за соской. Папа хватается за голову, и осознание собственной глупости вонзается ножом в самое сердце.

Теперь для ребенка это лишь игра. Придется искать другой способ.

А ведь счастье было так близко…

Про отдых

Знаешь, я очень люблю путешествовать. Это особое ощущение полета над будничной реальностью, позволяющее наслаждаться самой жизнью. Если бы меня спросили, чем бы я больше всего хотел заниматься, мой ответ был бы однозначным – постоянно путешествовать.

Но все меняется, когда появляется ребенок. И дело не в том, что меняется что-то в тебе, все дело в обстоятельствах, на основании которых ты вынужден принимать то или иное решение.

С рождением ребенка ты перестаешь размышлять категорией собственного благополучия и реализации амбиций. Ты иначе формулируешь вопрос.

Что именно полезно для моей семьи? Конечно же, собственные амбиции и благополучие никуда не деваются, но в списке приоритетов они отодвигаются чуть ниже.

С этого момента ребенок становится мерилом всего. Все твои размышления проходят через призму отцовства.

Еще вчера ты был готов спонтанно лететь в любую точку мира, не задумываясь совершенно ни о чем. Теперь же главная задача заключается в том, чтобы ребенку было хорошо. Понятие «отдохнуть» приобретает свой исконный смысл.

Ты действительно начинаешь ценить те редкие минуты безмятежности, что имеешь. Безответственная праздность покидает твою жизнь, и это к лучшему. Конечно, к этому привыкаешь не сразу, но по прошествии времени начинаешь ценить.

Совершенно не понимаю тех родителей, которые сразу же после рождения ребенка, да и чуть позже, стремятся вырваться из суеты и уехать куда-нибудь отдыхать в привычном смысле этого слова. Как будто ничего не поменялось. В голове – яркие воспоминания приятных мгновений, беззаботно проведенных где-нибудь на лазурном побережье или, на худой конец, в Крыму. Создается впечатление, что новоиспеченным маме и папе совершенно безразлично то, как будет чувствовать себя их ребенок при резкой смене климата, обстоятельств, да и прочих вроде как мелочей.

Такой же мелочью может быть и няня, которую взяли с собой, дабы свести помеху в виде ребенка к минимуму. Досуг расширяется. Можно постоянно засиживаться до позднего вечера с друзьями в кафе, барах и ресторанах, посещать ночные клубы, выпивать, в конце концов. А ближе к утру возвращаться домой с

осознанием того, что тебе не нужно вставать ранним утром, когда ребенок позовет тебя. За тебя все сделают.

Мне кажется, именно таким образом семьи теряют нечто важное. Фраза «Мама, папа, я – счастливая семья» очень четко передает суть настоящих семейных ценностей. Помощь, в чьем бы то ни было лице, всегда нужна, но это лишь приятный бонус.

Ведь что может быть важнее и интереснее, чем открывать жизнь вместе со своим ребенком? Первые шаги, первые слова, стихи, песни и вопросы, ответы на которые дает не кто-то, а ты сам. Именно таким образом формируется семья. Каково это, когда твой собственный ребенок, научившись говорить, не может вспомнить тебя? Или воспринимает тебя лишь как человека, который умеет нажимать кнопку на телевизоре или компьютере, дабы включить очередные мультфильмы?

Правда заключается в том, что с появлением ребенка новоиспеченный отец будто бы сам заново рождается. Ему нужно пройти значительный путь, прежде чем он начнет получать истинное удовольствие от новой жизни. Сначала нужно будет адаптироваться к новым реалиям. Весь этот процесс мне напоминает космонавтов, которые, проведя значительное время в космосе, возвращаются на Землю и заново учатся ходить. Почему-то мне кажется, что навык отцовства заложен где-то глубоко в каждом из мужчин. Через какое-то время мы начинаем вспоминать, что нужно делать.

Правда, до этого момента про отдых можно забыть. Его не будет.

Возвращения домой

Два поворота ключа, скрежет, дверь открывается. Приближающийся звук чьих-то босых ног. Так могут бегать только дети. Эмоционально, неуклюже, беззаботно.

Когда звук достигает ближайшего поворота, перед тобой появляется маленькая разбойница. Она в синих детских колготках и красной майке. Огоньки в глазах, улыбка на лице, ритмичные движения рук. Она искренне ждала твоего вечернего возвращения. Она кричит маме о том, что папа пришел. Затем подбегает и сильно-сильно обнимает тебя и целует. Помогает снять перчатки, шапку, шарф. Затем деловито раскладывает это на специальной полке. И вновь возвращается, чтобы помочь развязать шнурки на ботинках.

Желание проявить заботу настолько сильно, что ее энтузиазм лишь усложняет историю с обувью. Бантики на шнурках превращаются в узелки. Но тебе абсолютно безразлично. Ты сидишь на маленьком стульчике и разглядываешь свое сокровище. Параллельно она сумбурно рассказывает какие-то одной ей понятные истории, а ты киваешь в ответ и улыбаешься.

Потом придет ее мама, нежно обнимет тебя и поцелует. Глаза дочери заблестят еще ярче. Каждый раз я наблюдаю эту картину и испытываю особую разновидность блаженства. Знаешь, это удивительное ощущение единения внутри собственной семьи и осознание того, что ребенок чувствует это острее всех вас. Ведь она, как лакмусовая бумажка, каждый раз сигнализирует окружающему миру о том микроклимате, что создается путем ежедневной работы.

На секунду ты ловишь нежный взгляд из-под бровей, глаза будто гирлянды вспыхивают, она берет тебя за руку, отрывая от любимой, и тащит куда-то на кухню со словами: «Папа, мы с мамой сварили тебе борщ». И это в два с половиной года. Копируя маму, она деловито расставит тарелки, принесет приборы. А когда ты уже, наконец, займешь свое место за столом, сядет рядом и будет ждать, когда ты попробуешь первую ложку. После этого она, немного сморщившись, спросит тебя: «Вкусно?» Ты ей улыбнешься, а она задаст свой следующий вопрос: «Не кисло?» Ты засмеешься и немного потеребишь ее по волосам. Она почему-то всегда задает эти два вопроса. И как дети приходят к тому, чтобы использовать то, или иное выражение? Причем твой ответ интересует ее не всегда. Она смакует сам факт произнесения вопроса, вкладывая в него свой, только ей одной понятный смысл.

Глядя на то, с каким аппетитом ты засовываешь в рот очередную ложку супа, она не выдержит и сядет к тебе на колени, намекая на то, чтобы ты ее покормил. И ты сделаешь это с удовольствием. После нескольких ложек она уже будет находиться в другом месте.

Вот так она встречает меня после работы.

О сомнениях

Воспитание ребенка – это безумный мир, полный противоречий. Мало того, что мама и папа – люди, мягко говоря, разные. У каждого свои ориентиры, представления о добре и зле, кто-то мягкий, кто-то жесткий, один консерватор, другой либерал. Так еще приходится справляться с противоречиями внутри самого себя.

Каждый день в голове крутится куча вопросов, объективных ответов на которые, пожалуй, не существует. Ведь мы ни черта не знаем, как правильно, вот и приходится действовать на основе своего скудного опыта, слабой эрудиции, а в основном – по интуиции.

Палитра родительского мира столь многогранна, что в большинстве случаев приходится выбирать не между черным и белым, а пытаться отличить сиреневый от фиолетового, не перепутав цвет морской волны с аквамарином.

Вот скажи, как поступать с соской? И что это вообще: идеальный помощник или злейший враг? Отвечая на подобные вопросы, ты всегда пытаешься построить ответ на аргументации.

С одной стороны, соска – лучшее успокоительное средство для ребенка, с другой – она формирует привязанность и может стать причиной психологических проблем при длительном использовании.

Эти же психологические травмы могут появиться и при принуждении ребенка отказаться от пустышки. То есть, выбирая противоположные тактики, ты можешь прийти к одному результату.

Некоторые стоматологи старой школы говорят, что после соски могут быть проблемы с прикусом, более либеральные врачи убеждены, что прикус – чисто генетическая история и лишь наследственность имеет значение. При этом с обеих сторон есть примеры, подтверждающие правоту.

«Посмотри на мой идеальный прикус, – говорит мне врач-остеопат. – Я сосал соску до упора, лет до четырех, пока не стало стыдно перед друзьями». Разглядывая его улыбку, я и сам захотел вернуться к соске.

«Нужно просто плыть по течению, – продолжает он. – Я не знаю ни одного взрослого человека с соской. Мы все рано или поздно от нее отказываемся».

И с ним сложно поспорить. Как и с теми врачами, которые доказывают тебе обратное, предъявляя свои аргументы.

Получается, что, выбирая правильный путь, ты действуешь

исходя из каких-то собственных соображений, в большей степени основанных на интуиции. В конце концов, никто не знает твоего ребенка лучше тебя самого. Вот и возвращаешься к внутрисемейным дебатам с собственной женой. И кто возьмет верх, одному богу известно.

Главное, вы оба понимаете: здесь важна не победа, а максимальная польза для вашего ребенка.

И так во всем.

Любить по-настоящему

Как-то раз мою будущую тещу спросили:

«Как у вас получилось вырастить такую замечательную дочь? Она у вас умница, скромница, красавица». – «Нужно просто очень сильно любить своих детей», – был ее ответ.

Почему-то эта фраза постоянно преследует меня в мыслях. Теща произнесла ее на нашей свадьбе. Банальный вопрос со стороны ведущего. Банальный, казалось бы, пассаж в ответ.

Но было в этой фразе нечто искреннее, что-то скрывающееся за шаблонностью формы. Она не лукавила, как делает большинство во время публичных выступлений. Но понял я это не сразу. Пройдет еще несколько лет, прежде чем я прочувствую истинный смысл ее слов.

Ребенок, выращенный в любви, это по-настоящему счастливый человек. Но, к сожалению, везет далеко не каждому. Казалось бы: а кто не любит своих детей? Неужели можно провести целых девять месяцев в созидании, а затем методично уничтожать все то, что ты посеял?

Порой мы просто не осознаем суть своих поступков. Поэтому очень важно сохранить в своей жизни тех людей, мнению которых можно доверять. Ведь каждому из нас иногда необходимо получить добрую порцию критики со стороны самых близких. Это нечто вроде трансляции нашего внутреннего голоса, облеченного в форму слова.

Есть такие категории мам, которые предполагают «слить» ребенка сразу после его рождения. Не в смысле физической расправы, я имею в виду опеку и воспитание. Мотивируют они это тем, что уже проделали огромную работу, подразумевая беременность и роды. Они обычно стараются «скинуть» своих детей на кого-то. Бабушки, няни, соседки, подруги, муж, в конце концов. Сами при этом выходят на работу, тусуются, путешествуют, ведут достаточно праздный образ жизни, стараясь проводить с ребенком как можно меньше времени.

Причем на совместных фотографиях перед нами зачастую «идеальная семья». Все улыбаются, обнимаются, всячески демонстрируют счастье. Но все это лишь иллюзия. Статичная картинка никогда не передаст реальную жизнь. Талант фотографа, помноженный на возможности «фотошопа», способны создать любой образ, в зависимости от желания заказчика.

Некоторым и этой иллюзии не нужно. На фотографиях лица, в них – пустота. Максимум косметики, минимум чувств. Формальный подход к созданию семейного архива. Такие мамы

хотя бы честнее. Но вот только это не снимает главного вопроса.

Зачем им нужен был ребенок?

Вообще говоря, должны быть очень веские причины, чтобы ребенок проводил время не с мамой. И не дай бог прочувствовать их на себе тем женщинам, о которых я веду повествование. Не подумай, что я пытаюсь каким-то образом унизить чувства молодой мамы или, тем более, оскорбить ее. Мне очень хотелось бы, чтобы мамы были настоящими, без неуместной праздности, самодовольства и глупостей. Нужно сосредоточиться на ребенке, проявить ответственность и наслаждаться новой жизнью, подстраиваясь.

Добавь чуть искренности и честности, и у тебя обязательно получится. Ведь нет ничего хуже чувства вины, сжигающего тебя изнутри на протяжении всей жизни.

Просто люби своего ребенка по-настоящему, и он будет счастливым. А разве это не главное?

Забавный бытовой эпизод

Только настоящий родитель может осознать всю глубину словосочетания «одеваться на улицу». Когда твоему ребенку 2,5 года, а на улице – 10°, банальная подготовка ребенка к прогулке может превратиться в увлекательное путешествие.

Обычно творческий потенциал маленького человека раскрывается в такой ситуации в полной мере. То ли дело в повышенном внимании, которое оказывается в этот момент ребенку, то ли в чем-то еще. Он воспринимает это не иначе как «Минуту славы», всячески пытаясь вам противостоять. Он смеется, плачет, прыгает, полностью расслабляет тело, превращаясь в амебу. Вы только наденете вторую штанину, как он снимет первую. То же самое с перчатками, шапкой, курткой, ботинками. Параллельно он успевает играть в игрушки, петь песни, «просить водички».

Ну а когда в конце концов все будет надето, он посмотрит на вас с нежностью и скажет: «Хочу какать». Вы наполовину разденете его, сводите в туалет, помоете попу. Где-нибудь на заключительном этапе этой процедуры он обязательно намочит кофточку или трусики. После чего придется полностью раздевать его и заново одевать. И вот когда папа уже выйдет за дверь, а мама в суете начнет выталкивать, казалось бы, полностью одетого ребенка, послышится обиженный детский голосок: «Ботинки хочу, хочу ботинки». Удивленные мама с папой переглянутся и еще раз посмотрят на недовольного ребенка. Затем друг на друга. И только после того как родители приподнимут широкие болоньевые штаны на ребенке, они заметят, что ботинок и вправду нет.

Звонкий родительский смех разрядит нервную обстановку. Самое удивительное, что ребенок успокоится именно в этот момент, но вам уже будет безразлично. А этот эпизод останется в памяти надолго, ведь именно такие вещи ложатся в основу истории семьи. Без них наша жизнь была бы блеклой и тоскливой.

О полноте жизни

Знаешь, я часто возвращаюсь назад, в прошлое, стремясь найти ответы на банальные вопросы о сути бытия и пустоте, что живет в каждом из нас. Помнишь те времена, когда мы были детьми? Ту атмосферу праздника, что мы ощущали, встречая первый день нового года. Лица отца и матери, искренне удивляющиеся подаркам, что лежали под елкой. Семейные традиции формировались годами, чтобы быть разрушенными где-нибудь ближе к 18, когда мы – дети – сами предпринимали всевозможные меры, чтобы сбежать из дома и встретить праздник в ином месте, с друзьями. Одна из первых попыток проявить самостоятельность и независимость. Проще говоря – первая глупость, которая, как обычно это бывает, навязывается извне.

Быть может, такие были времена: дети взрослели, родители получали некую толику свободы после изнурительных долгих лет воспитания. Где-то в этой суете терялись семейные традиции. У кого-то полностью, у других частично.

Плохому всегда легче научить, чем хорошему, вот и повзрослевшие дети впитывают все это как губки. За каждым школьным хулиганом скрывается своя личная семейная трагедия, которую он так хочет озвучить миру, но реальность никогда не позволит ему сделать это. В результате возникают комплексы, а человек становится холодным. Должно пройти много времени, чтобы это изменить, да и не у всех получится.

Хорошим девочкам всегда будут нравиться хулиганы. Да и мальчики зачастую хотят быть на них похожими, не подозревая, что в душе у кумира – пустота. Обычно такие связи ни к чему хорошему не приводят, особенно если око семьи ослабевает. Именно в результате такой последовательности обстоятельств видоизменяется мировоззрение подростка.

В те моменты, когда нужно слышать, мы не слушаем. Когда нам показывают, мы не видим, стремясь при этом дать свое видение, которого, откровенно говоря, еще не появилось.

Вот смотрю я в прошлое и удивляюсь, ведь часто бывало так, что я не знал, где проведу новогоднюю ночь вплоть до вечера 31-го декабря. Самое удивительное, что это совершенно не волновало. Напротив, будоражило и придавало ожиданию некий дух авантюризма. Как правило, все это заканчивалось совсем не в том месте, с совсем не теми людьми. Ошибки повторялись и на следующий год, менялась лишь последовательность людей и мест, подобно игральным картам, хаотично выброшенным из единственной засаленной колоды. Чужая пустота проникала в

сердце, превращая меня в героя одного из многочисленных романов Харуки Мураками, пространно описавшего метафизику пустоты.

Я изменился. Авантюры не ушли из моей жизни. Но сегодня я определенно могу сказать, где хочу и проведу последний день очередного года и встречу первое января. Ведь теперь я точно знаю, кому искренне нужен и чьи эмоции важны мне. Ближе к тридцатому году жизни настоящий праздник снова вернулся в мой дом. Знаешь, про Деда Мороза говорят так: «Сначала ты веришь в него, затем не веришь, и в конце концов им становишься». Это моя история.

Спокойствие и гармония – вот мои предвестники праздника. Ведь я знаю, кто будет искренне обнимать меня в новогоднюю ночь, с трепетом ожидая утра следующего дня. И в этом весь мир.

Говорят, что история повторяется. Ежедневно я встречаю эти повторы. Сегодня, как и вчера, в мире людей достаточно пустоты. Скажи мне, где ты встретишь Новый год, и я отвечу тебе на вопрос, сколько пустоты в тебе. Вдали от дома не будет счастья, ни одна картинка не заменит первую настоящую боль.

Мы сами все знаем, но бежим, пытаясь найти абсолютное счастье, которого нет. Для счастья нужно лишь сделать один шаг, протянув руку, но на это может не хватить смелости.

Счастье – это дети. Ведь именно в них заключается смысл нашего бытия. Все остальное – пустота.

Параллельная реальность

Я абсолютно убежден, что в мире маленьких людей обязательно должно быть место для сказки. Это может быть целая Вселенная, наполненная искренними детскими эмоциями и настоящим счастьем. Эту Вселенную создают самые главные люди в жизни малыша – его родители. Иногда это может быть крестный или крестная, или же родные тети с дядей, бабушка с дедушкой. Честно говоря, совершенно не важно, кто это будет, главное – та цель, что поставил себе человек.

Необходимо отдавать себе отчет в том, что, создавая этот удивительный мир, ты берешь на себя огромную ответственность. Именно от тебя зависит то, какой будет видеть настоящую жизнь ребенок, ведь во многом вымышленный мир станет основой, некой путеводной нитью в реальном мире. Это некий абсолют, некое пространство, где ребенок всегда счастлив. Ведь здесь происходят чудеса. Безграничные возможности вашего уютного мира это то, что позволяет малышу мечтать. Здесь могут жить гномы и эльфы, маленькие человечки и великаны, домовые и феи.

Погрузившись в него, сами взрослые возвращают себя в детство. Согласись, ведь в реальности у нас его почти не осталось. В настоящей жизни ты почти всегда знаешь ответы, не задавая вопросы. В настоящей жизни есть проигравшие и победители. Зачастую приходится притворяться без необходимости. А в мире детей все иначе.

Придумай место, где бы ты хотел жить, и поделись им с ребенком. Позволь маленькому человеку помочь тебе обустроить этот мир, по крупицам создавая его законы. И на тебя обрушится лавина отзывчивости и инициативы.

В этом безумном процессе ты обязательно поймешь, почему дети такие счастливые. Возможно, ты многому у них научишься. Я очень надеюсь, что именно так и будет. Не нужно с ранних лет навязывать ребенку идею о том, что он станет большим, сильным, по достижении определенного возраста у него появится возможность осуществлять те или иные действия, которые он не способен делать в текущий момент времени. Из этого правила, конечно, есть некоторые исключения, но в целом все так.

Оставь ребенку право жить «здесь и сейчас» и научи его наслаждаться каждым моментом, сладостно предвкушая повторение этих ярких мгновений в будущем, и испытывать приятное чувство послевкусия от того, что уже прошло. Не позволяй своему маленькому чуду жить чужой жизнью, постоянно оглядываясь вокруг.

Простые радости – это именно то, ради чего стоит жить. Забери у человека все, но он останется счастливым. Вот в чем смысл. Вот именно то, чему следует учиться у детей, пока отпечаток зрелости не проявился на их лицах.

В нашем с Лизой мире есть домовенок «Фафаня», видимо, это условный брат того самого Нафани из советского мультфильма «Про домовенка Кузю». Мы с Лизой знаем, что он есть и живет где-то под потолком. Время от времени мы с ним разговариваем, иногда ругаемся, порой просим, чтобы он вернул нам вещи, которые взял, когда мы спали.

Помимо него в нашем мире есть волшебные феи, которые каждую ночь прилетают за Лизой, чтобы отправиться с ней в новое путешествие за облака. Единственное, что нужно сделать для встречи с ними, – уснуть. Ведь феи прилетают лишь ночью и увидеть их можно только во сне, когда все взрослые спят. Но ближе к утру феи обязательно возвращают маленькую девочку, чтобы ее родители не переживали.

В нашем мире еда может разговаривать, а посуда может улыбаться, когда ее моют. Даже у шапок с куртками улучшается настроение, когда их кладут на место. Казалось бы, к чему ни прикоснись, все оживает, ведь везде волшебство. И пока вы вместе с ней верите в это, все будет по-настоящему. Поэтому создавай этот мир вместе с малышом, и чудеса не заставят себя долго ждать. Ты обязательно станешь счастливее. А ребенок будет обнимать тебя чаще.

Про легальные наркотики

Как бы странно это ни звучало, но мир детей полон наркотиков. Причем эти вещи не подлежат регулированию на законодательном уровне. Ведь вред от них возникает лишь в случае злоупотребления. А соблазн перехода от обыкновенного потребления к опасному злоупотреблению настолько велик, что зачастую сами родители не понимают, где находится эта пограничная линия.

Я говорю о вещах вроде компьютерных игр, просмотра мультфильмов и потребления сладостей.

Стоит войти во вкус, и невозможно остановиться. Вся штука – в простоте. Для не подготовленного ребенка сложно улавливать витиеватую причинно-следственную связь между определенными вещами. Частично по этой причине ребенок не может объективно сравнивать вещи. Если ему предоставить право выбора между просмотром мультфильма и прочтением книги, мне кажется, все мы понимаем, что из этого получится. Выбор между кашей и конфетой или компьютерной игрой и, допустим, собиранием пазла также не приведет ни к чему хорошему.

Проблема усугубляется и тем, что родители сами способствуют тому, чтобы ребенок уходил в этот мир праздника, ведь так проще. Просмотр фейсбука, чтение журналов и книг, готовка, да что угодно. И ребенок вроде занят. К сожалению, это иллюзия, привыкание наступает очень быстро, а отучить от этого крайне сложно. Когда я наблюдаю ребенка, сидящего перед телевизором, айпэдом, компьютером и прочими девайсами, создается впечатление, что передо мной наркоман. Особенно ярко это видно тогда, когда у ребенка выработалась привычка. Добрый и послушный малыш превращается в настоящее агрессивное животное, стоит попытаться лишить его возможности просмотра. Даже в том случае, если прямой агрессии не последует, в глазах будут читаться те самые нотки. Обычно это бывает тогда, когда применяют силу, будь то физическую или моральную. Ведь в таком возрасте это «прокатит». Но вот что они будут делать потом, когда уже все запутается.

Убежден, что реакция ребенка на мультфильмы, компьютерные игры и сладости – лучшая лакмусовая бумажка для того, чтобы понять, что происходит с ним и семьей.

Праздник перестает быть праздником, если он случается каждый день. Искусство повседневности – вот то, к чему стоит стремиться. Когда простые бытовые вещи приносят семье и пользу, и удовлетворение. Ведь так и должно быть, сделанное

дело приносит результат, который, в свою очередь, доставляет удовольствие.

Подготовку стола к трапезе можно возвести в ранг искусства, если грамотно распределить обязанности среди всех членов семьи, где заслуги каждого будут очевидны. Нам всегда хочется сделать что-нибудь полезное, но наша жизнь, полная конкуренции и зависти, зачастую вуалирует такие вещи, делая их менее очевидными и легкими.

Нельзя пускать на самотек праздник для ребенка, это наплевательство со стороны родителей. Такие поступки скрывают эгоизм и лень взрослых. И последующее поведение ребенка – лучшее тому подтверждение. Каждый человек должен заслужить свою толику счастья, именно так он сможет действительно насладиться этим ощущением, желая его вновь и вновь.

Так что избавь своего ребенка от наркотиков – займись им.

Про первые шаги в кулинарии

Смешивая яйца с мукой, боковым зрением я ощущаю добрый детский взгляд с едва заметным прищуром. Я точно знаю, она внимательно следит за каждым моим движением. Стоя на мысочках на своей маленькой табуретке IKEA, широко открыв глаза, чтобы лучше видеть, она пытается уловить закономерность в моих манипуляциях.

Сначала разбиваются три яйца, быстро оказываясь в глубокой миске. Затем засыпается мука. И вот уже руки смешивают эти два компонента, чтобы превратить их в однородную массу.

Когда я понимаю, что состояние моих рук не позволяет залезть в пакет с мукой, не испортив содержимое, мой взгляд опускается на двухлетнюю дочь. Она смотрит на меня с трепетом, готовая оказать любую помощь.

Я прошу ее взять немного муки и посыпать на стол и в миску. Она тянется к муке, крепко сжимая упаковку в руках, медленно и аккуратно высыпает ее на стол, а после – в миску. Целуя ее в щеку, я равномерно распределяю муку по всей поверхности столешницы, чтобы иметь возможность раскатать тесто без последующего прилипания. Большая деревянная скалка помогает мне справиться с этой задачей.

Без лишней суеты, методично, спустя пару минут я превращаю увесистый комок теста в некоторое подобие блина, разделяю получившуюся массу на две равных части и откладываю одну из них в сторону.

Лиза спрашивает: «Папа, а зачем ты такое делаешь?» Я объясняю, что это для удобства. Именно таким образом у нас получится раскатать два не очень больших блинчика, с которыми будет легко управиться в будущем. Спустя несколько минут упорной работы получившийся блин становится толщиной с десятикопеечную монету. После чего я скатываю его в увесистую колбаску для последующей нарезки. Лиза начинает хихикать. Уж больно ей понравилась получившаяся «колбаса».

Когда я беру в руки разделочную силиконовую доску и нож, Лиза просит меня выдать ей то же самое. В свои юные годы она уже умеет управляться с настоящим ножом, имея представление о его опасности. Именно поэтому я без колебания даю ей маленькую доску из похожего материала и небольшой керамический ножик, ничуть не уступающий по остроте моему.

«Отрежь, пожалуйста, маленькую колбаску Лизе», – говорит моя двухлетняя дочь, и я с радостью делюсь с ней получившимся куском теста.

Прежде чем приступить к нарезке она внимательно изучает мои движения. Заметив это, я пытаюсь расставить акценты, снабдив ее необходимой информацией. Я показываю, каким образом следует придерживать колбаску, как именно нужно держать нож, чтобы было удобно резать, и что должно получиться в результате. Первая же получившаяся лапша вызывает у ребенка искреннюю радость. Она с гордостью говорит, что это она сделала: «Папа, посмотри, какая у меня получилась красивая лапшичка». Я опять целую и хвалю ее, она действительно это заслужила.

Мы откладываем раскрученную лапшу в сторону, в то место, где у нас образовался комочек из муки, и продолжаем нарезку. Лиза опять смотрит, как я тоненько нарезаю лапшу, и со свойственной ей аккуратностью пытается сделать еще лучше. Полученное она складывает в общую кучу. Спустя несколько мгновений перед нами образуется целая гора лапши, которую нужно немного перемешать с мукой, чтобы она была достаточно сухой. Под радостные выкрики с моей стороны и звонкий смех ребенка мы справляемся с задачей. Затем повторяем весь алгоритм с отложенной ранее половинкой блинчика. Снова вместе.

Поразительно, но ребенок никуда не хочет уходить. Она увлеченно учится полезному делу, чтобы повторять это на протяжении всей своей последующей жизни, с любовью. Именно сейчас она делает свои первые шаги в кулинарии. И ведь это полноценный опыт, пользу и удовольствие от которого она впитывает с ранних лет. Мне очень важно передать ей эту любовь к созданию блюд, что в свое время мне передал отец, который говорил, что главная задача шеф-повара – в процессе готовки вымыть за собой грязную посуду. От чистого сердца я вкладываю весь свой энтузиазм в эту процедуру, и ребенок чувствует это своим сердцем.

Параллельно наша мама помогает нам справляться с грязной посудой и с помощью пылесоса убирает просыпанную муку. Она тоже улыбается, ведь ребенок сияет от счастья.

Закончив с лапшой, мы отдаем ее маме, чтобы та забросила готовый продукт в приготовленный куриный бульон. Лиза уже тщательно помыла руки с мылом и приступила к сервировке стола. Она знает, какую именно посуду нужно поставить на стол.

Когда я прошу ее достать вилочки и ложечки, она сначала задумывается, а затем начинает смеяться и обсуждать с мамой то, какой папа глупый, ведь никто не ест суп с помощью вилок

Мы переглядываемся с любимой, и сердца наполняются любовью и теплотой. Именно такие моменты я называю

искусством повседневности. Когда самые близкие, с любовью, занимаются обыденными вещами все вместе и так красиво.

Мгновение, и стол уже накрыт. Все по-настоящему: две большие тарелки и ложки, и маленькая тарелочка со средней ложечкой. Лиза просит меня поставить на стол бокалы и ее маленькую чашечку с ручками, которую так удобно брать обоими руками. Когда я предлагаю Лизе вина, она говорит, что ей нельзя такое и она будет водичку. Проходит еще немного времени, и мы уже сидим за столом и чокаемся бокалами. Глаза ребенка блестят, а улыбка не сходит с лица.

Так хочется, чтобы это мгновение длилось вечно.

Про доверие

Она плачет и убегает, забираясь в самый дальний угол со словами: «Не хочу, не буду». Ее характер уже начинает проявлять свои очертания. А ведь ей всего два с половиной года!

Неукротимая женская натура проявляется с ранних лет, чтобы со временем расцвести подобно розе. От ее шипов пострадает не одно мужское сердце, папа точно знает это.

Своенравная и непосредственная, сидя в углу, она хмурит свой маленький лобик, плотно сжимая губы, а вместе с ними и зубы. Не то чтобы она делает это из вредности, просто ее одолевает страх. Врожденная осторожность не позволяет ей беспрекословно подчиняться всему тому, что ей навязывает Вселенная. Даже если делает она это через уста любящего отца. Не привыкший применять физическую силу в отношении любимой дочери, я медленно поднимаюсь с кресла и подхожу к ней. Она с недоверием смотрит мне в глаза.

«Уйди папа, здесь нет Лизы» – с детской наивностью произносит она и закрывает лицо руками. Странно, но в свои 29 лет я уже позабыл, каково это – выдавать желаемое за действительное. И я искренне восхищаюсь таким вот ее восприятием жизни. Она верит в то, что даже самый абсурдный ее посыл может стать реальностью. Стоит ей сказать, что ее нет, и она тут же исчезнет.

Я присаживаюсь напротив нее и ласково, но твердо произношу:

«Лиза, ты веришь папе?» Она опускает глаза и обиженно кивает головой. «Ну а почему ты тогда не слушаешь меня?» Она молчит.

«Ты боишься пить лекарство?» – «Да», – резко выпаливает маленькая девочка. «А папу ты боишься?» – «Нет, папу я люблю». – «Ну тогда посмотри мне в глаза и возьми меня за руку. Разве тебе может быть страшно, когда рядом папа?» – «Нет, с папой не страшно», – отвечает она и протягивает мне руку, медленно покидая свое укрытие.

Она по-прежнему немного хныкает, ведь ее сильно беспокоит тот факт, что спустя мгновение она будет пить «страшное» лекарство. Пока мы идем до кухонного стола, я объясняю ей, что благодаря этому лекарству у нее перестанет все болеть и она сможет бегать, прыгать, купаться и даже ходить на улицу и качаться на качельках. Лиза внимательно слушает, но по-прежнему напряжена.

Когда мы доходим до стола, я пододвигаю стул, сажусь на

него, и усаживаю ее к себе на коленки.

«Лизочка, возьми меня за руку. – Она молниеносно хватает меня. – Не бойся, сейчас ты выпьешь чуть-чуть лекарства и запьешь его водичкой. Хорошо?» – Она кивает и послушно открывает рот, чтобы с помощью шприца я дал ей антибиотик.

На всю процедуру у нас уходит меньше минуты. Все это время она крепко держит мою руку, но напряжение постепенно сходит с ее лица. И вот она делает последний глоток, запивает водичкой, и я аплодирую: «Лиза, можно я поцелую тебя в щечку? Ты такая молодец!»

Она смущенно подставляет щеку для поцелуя, после чего, радостная, убегает по своим делам.

Она впервые получила поддержку, которая заложит твердую основу в формировании уверенности. По крайней мере, я очень на это надеюсь.

Следующий прием лекарства проходит по похожему сценарию, за исключением того, что у Лизы появился положительный опыт, который сделал ее сильнее. Она явно меньше боится.

На третий день она ведет себя иначе. Не хныкает и не убегает. Просто подходит ко мне, дает руку и послушно пьет лекарство. Затем удаляется. То же самое повторяется и на четвертый день, и на пятый. На шестой даже у чувствительной мамы получается самостоятельно справиться с этой задачей без моего участия.

Занавес опускается. Овации.

Удивительно, но благодаря уверенному взгляду, правильно подобранным словам и аргументам у меня получилось избавить ребенка от одного отдельно взятого страха. И это чертовски приятно. А взаимопонимание между нами поднялось на новый уровень. Это еще одна крупица, наша связующая нить, которая только начинает объединять наши жизни доверием.

Прощание с соской. Часть вторая

Все рано или поздно заканчивается. Вот и наша история с пустышкой подошла к своему логичному завершению. Случилось это совершенно спонтанно, когда Лизе исполнилось два с половиной года.

Мне всегда казалось, что это решение она должна принимать самостоятельно. Так и получилось, хоть и косвенно. Как-то раз, играя с куклами, мы заметили, что Лиза достаточно пренебрежительно относится к своей соске. Обычно она всегда держала ее во рту или клала на стол, дабы не потерять.

Но в ее поведении произошли изменения. То ли она вошла в игровой раж, то ли пустышка перестала представлять для нее особую ценность на том игровом отрезке, в общем, она бросала ее вместе со всеми игрушками. В результате часть из деталей конструктора потерялись, как и соска. Когда спустя несколько часов Лиза задала свой традиционный вопрос – «Где моя сося?», ни мне, ни жене не удалось сразу ответить на него. Мы напомнили ей эпизод с ее игрой и пошли искать соску.

В результате поисков удалось обнаружить лишь несколько элементов конструктора, свидетелем чего стала Лиза. На ее лице даже появилось какое-то понимание того, что соска пропала именно по ее вине. Это открытие позволило ей более спокойно отнестись к факту пропажи. И она перестала требовать.

Пустышку мы нашли чуть позже, уже без Лизы, где-то под креслом. И тут нам стало ясно, что лучшего момента для отказа от соски не найти, и мы очень хорошо спрятали ее, решив не выбрасывать окончательно. С того момента Лиза еще несколько раз задавала вопрос про пустышку, но каждый раз получала аргументированный ответ, смысл которого ей был неприятен, но понятен.

И каждый раз она все меньше и меньше переживала по поводу пропажи соски. Ведь помимо прочего у нее осталась надежда, что когда-нибудь объект вожделения будет найден. Правда, у Лизы немного видоизменилось поведение. Она стала чаще искать бабушкину собаку Читу (йоркширский терьер), которая жила в своем маленьком домике в коридоре. Каждый раз, когда Лиза убеждалась в том, что Чита у себя в домике, она подходила к ней и закрывала за собой дверь, чтобы остаться с ней один на один. Мы поначалу удивлялись, но спустя несколько дней Лиза призналась мне в том, что она подозревает Читу в присвоении соски: «Она ее съела и не хочет мне ее отдавать», – жаловалась дочь. Я пожал плечами и сказал ребенку: «Понять и

простить».

Так и закончилась наша история с соской.

Про поиски свободы

Желание быть свободным – неотъемлемая часть мужской сущности. Мы постоянно стремимся во что бы то ни стало обрести это под давлением обстоятельств. Родители, учителя, преподаватели – на каждом из этапов мы ведем себя по-разному, но желание вырваться неизменно сопровождает нас, помогая двигаться дальше. Это некий инстинкт самосохранения, позволяющий оставаться самим собой вне зависимости от внешних воздействий. Даже когда мы взрослеем и создаем свою собственную семью, начиная со штампа в паспорте и заканчивая рождением ребенка, это стремление никуда не уходит. Оно может затаиться где-то в глубине подсознания, чтобы в подходящий момент вырваться наружу, напомнив о себе.

Это совершенно не означает, что мы не искренны, дело в другом. Слишком много ответственности ложится на мужские плечи, отчего так хочется освободиться, хотя бы на мгновение. Вот это предвкушение эпизодической свободы заряжает нас энергией и наполняет легкие кислородом.

Но вот в чем парадокс: получая искомое, мы тонем в нем. Праздная суета врывается в наш мир, чтобы превратить свободу в посредственность, лишенную всякого смысла.

Знаешь, в те редкие минуты, когда я остаюсь в нашей уютной квартире в одиночестве, мне становится не по себе. Томительное ожидание свободы и чувство неловкости по итогам.

Странно ощущать себя чужаком в своей собственной квартире, и чем больше времени ты проводишь в одиночестве там, тем более чужой она кажется тебе. Ауру места всегда создают люди, так и в моем случае все тепло моей жилплощади делает семейный быт. Здесь каждый квадратный сантиметр пропитан историями. Такими чистыми и настоящими.

Вот прихожая, где каждый раз я появляюсь под обворожительную улыбку своего ребенка, который, встречая меня с работы, обнимает, помогая раздеться, берет за руку и тащит в свой мир детства.

А вот моя любимая ванная комната, выполненная в постельных тонах, именно ее я считаю самым уютным местом в квартире. Ее внушительные размеры позволяют воспринимать это помещение отдельной реальностью, где стоит лишь закрыть замок, и ты вне досягаемости – в другом мире. Как минимум раз в день в этой комнате повторяется одна и та же процедура. Я захожу вместе с Лизой, достаю сначала ее маленькую зубную щетку, выдавливая на нее немного детской зубной пасты, затем

вынимаю из стакана свою, и мы начинаем процесс чистки зубов.

Сложно сказать, когда это превратилось в ритуал, но мы с ней испытываем истинное удовольствие от каждой минуты этого, казалось бы, бытового действа. Лиза прыгает на небольшое креслице и, повторяя за мной, методично проходит каждый зуб. Затем она видит, как я сажусь на теплый пол, прижавшись спиной к ванне, и с азартом слетает со своего кресла, чтобы сесть рядом.

Она копирует все мои движения. Стоит мне согнуть одну ногу или сесть по-турецки, как она, словно в зеркале, оказывается в такой же позе. И вот мы сидим, греемся, параллельно очищая наши зубы от накопившегося за день налета и кусочков пищи, после чего она идет к биде, выполняющему роль ее личной детской раковины, и проделывает все то, что и взрослые люди.

Открывает кран, настраивает теплую воду, регулирует напор, моет зубную щетку, потом возвращает мне, чтобы я положил ее обратно в стаканчик, расположенный на высокой полке, до которой она не может достать. Затем моет руки и тщательно полоскает рот.

Вся эта процедура начинается с деловито закатанных рукавов на ее кофточке. После проделанного она вытирается маленьким розовым полотенцем и подходит ко мне, интересуясь, сделал ли я все то же самое. Если я что-то упустил или не успел, она тут же подсказывает и ждет, пока я закончу.

Время от времени ванная комната превращается в купальню. Лиза особенно любит эти дни. Ее азарт и энергичность раскрываются в полный рост. Она смеется, плескается, брызгается, постоянно строит рожицы, вечно придумывает что-то новое. Ее фантазиям нет границ. Тот спокойный и блаженный ребенок, каким она была с рождения и до последнего времени, который покорно располагался у меня на руках во время купания (где лишь улыбка передавала его настроение), превратился в разбойника.

А еще в ванной комнате расположен унитаз со специальной детской накладкой из IKEA, которую Лиза каждый раз устанавливает «на место», пододвигает специальную платформу из той же IKEA, чтобы самостоятельно залезть туда и после «процесса», со спущенными штанами, ищет папу, произнося: «Папа, помой Лизе попу». Правда, иногда она и эту процедуру проделывает самостоятельно. Но это, как говорится, себе дороже, поэтому лучше ей помочь.

Когда я усаживаюсь на мягкий диван в гостиной, первым делом мой взгляд падает на деревянный спортивный комплекс, который мы установили слева, в самом углу. Лиза его обожает. Здесь есть и лесенки, и перекладинки, четыре кольца, на которых

можно раскачиваться, веревочная лестница, качели и даже турник для папы. При желании можно залезть под самый потолок. Стоит ли говорить о том, что это главный спортивный центр в нашей квартире?

Прямо перед диваном расположен телевизор, как это обычно и бывает у большинства семей. Только вот, присмотревшись, на нем можно обнаружить слой пыли, ведь он так редко включается. Смотря в черный выключенный экран, я все больше задумываюсь над тем, а не переставить ли его в другое, менее востребованное место.

Между диваном и телевизором – ковер. На нем постоянно что-то происходит. До рождения Лизы я и представить себе не мог, как много времени можно проводить сидя на ковре. В предыдущей жизни ковер выполнял примерно ту же роль, что и в известном фильме «Большой Лебовский», где он является аж стержнем интерьера.

В моем же случае ковер перестал выполнять эту функцию, став центром притяжения и взрослых, и детей. Здесь читают, играют, ползают, хулиганят, что-то проливают или просыпают, чтобы потом вытереть, вымыть и убрать.

Если, сидя на диване, посмотреть чуть правее, замечаешь внушительных размеров двустороннюю доску для рисования. С одной стороны можно рисовать мелками, с другой – карандашами. Сразу за ней одиноко стоит уменьшенная копия лошади, именуемая «пониципкл». Этот подарок бабушки пользуется популярностью как у Лизы, так и у тех деток, что бывают у нас в гостях. Легким движением «вверх-вниз» (за счет специального механизма и колес) лошадь с ребенком начинают передвигаться по квартире. А ты вместе с ними, ведь когда они упираются в стену, в конце пути их нужно развернуть. И для ребенка полезно, и для папы – фитнес.

И на кухне все напоминает о ребенке и быте. Вот обеденный стол, за которым она так любит трапезничать с родителями, сидя на своем уютном белом стульчике, орудуя своими маленькими столовыми приборами в красочной маленькой тарелочке. Все эти ее разговорчики – попытка отвлечь папу, чтобы меньше съесть или не есть вообще. Наивный взгляд и озорная улыбка, что за ним следует. Те редкие минуты, когда хочется быть обманутым.

За этим же столом она любит рисовать красками. Не очень понимаю, чем именно ей нравится это мероприятие. Честно говоря, ее «мазня» нравится мне еще меньше, чем собственная в школьные годы. Иногда она любит заставить папу понервничать, выпивая смешенную с красками воду и озорно смеясь.

За кухонным островом, что находится слева от стола, мы

частенько что-то вместе готовим. Здесь она постоянно собранна и внимательна, видимо, кулинария впоследствии станет для нее одним из важных слагаемых жизни. Для меня же эти уроки являются важной составляющей бытоустройства и жизни.

Все эти бытовые эпизоды проносятся у меня в голове в те редкие моменты, когда любимые девочки ночуют отдельно, у бабушки с дедушкой, а я блуждаю по пустым комнатам в попытке сделать перезагрузку. Эта непривычная тишина давит на уши, я вслушиваюсь в нее, словно нахожусь в лесной чаще, на охоте, в поисках зверя, где каждый шелест травы заставляет озираться.

Дом – это мирная гавань, в которую так хочется возвращаться всегда, когда там есть тот, кто тебя ждет. Без этого здание – лишь пол, потолок, стены и мебель. Ну и, конечно же, все эти истории, что вы создали вместе…

Про игры

Игра – простое слово из четырех букв, но актуальное для любого возраста. Сколько бы нам ни было лет, мы с азартом во что-нибудь играем. Двухлетний ребенок увлеченно собирает примитивный конструктор, состоящий из трех разновидностей деталей; четырнадцатилетний школьник не может оторваться от компьютерной «стрелялки»; большинство моих сверстников маниакально зависимы от мобильных приложений, вроде «Instagram», где суть игры, в большинстве случаев, заключается в том, чтобы стать популярным; пятидесятилетняя женщина с трепетом засаживает грядки с помидорами с огурцами, и это тоже своего рода игра, где есть увлеченность и результат; моя бабушка, женщина восьмидесяти шести лет, аккуратно переписывает наименования продуктов и их стоимость, сверяя показания переданного ей социальным работником чека из продуктового магазина с той суммой, что она выделила. Суть этой игры – поймать социального работника на нестыковке. Ведь моя бабушка точно знает, что рано или поздно это произойдет и ее «обдерут». У социального работника нет ни единого шанса.

Мы играем, чтобы получать удовольствие. И вроде бы, чем большее количество игроков участвует, тем интереснее процесс. Наверняка ты слышал о «больших пейнтбольных играх», где могут быть задействованы до нескольких тысяч человек. Такие вещи не могут не приносить эмоции.

А ведь эмоции, которые испытывает человек, являются самой главной мотивацией, формирующей желание. Мы никогда не стремимся делать то, что нам навязывают или заставляют делать, но мы всегда можем подобрать альтернативу.

Почему дети так любят играть друг с другом? Ответ банален – им интересно. Когда нет интереса, тогда нет и эмоций, а следовательно, и воспоминаний, рождающих предвкушение очередного сеанса игры.

Почему родители, в основном папы, не очень любят играть с маленькими детьми? Ответ так же банален – им скучно.

Как-то так получилось, что маленький ребенок – крайне инициативное существо. Он постоянно что-то придумывает и предлагает, в отличие от его родителей. Его мир – это Вселенная, такая загадочная и неизведанная. Он хочет изучить ее всю, без остатка. Каждое новое открытие в его жизни по своей силе может сравниться с нашими – первой пятеркой в школе, первым поцелуем, первым сексом… Ощущение полета, эйфории, настоящего кайфа, который так ясно просматривается в глубине

его глаз. Мы, взрослые, просто позабыли это, но не потеряли. Мы также можем испытывать схожие чувства, и делать это вместе с ребенком.

Недавно бабушка подарила нам новый магнитный конструктор. Когда Лиза увидела выражение моих глаз при его сборке, она стала играть в него еще более увлеченно. И знаешь, мы теперь постоянно собираем этот конструктор вместе, испытывая при этом яркие эмоции, и заряжаемся хорошим настроением. Мы строим дома и поселки, расселяем маленьких человечков и возводим фермы. Покупка новых деталей позволяет нам создать целый мир и сделать таким, каким мы его хотим увидеть. Это безумно увлекательно.

Но история эта – наша личная. Она не является универсальной для всех. Так получилось, что процесс игры затронул какие-то частички моей души, и тот ребенок, что жил во мне пару десятков лет назад, – вернулся. Я был безумно рад его возвращению, ведь оно принесло удовольствие и мне, и дочке.

Каждый мужчина – в глубине души – ребенок, но мы давно позабыли об этом, искоренив такую вещь, как инициативность. А ведь благодаря этому качеству мы можем убивать сразу двух зайцев: доставлять удовольствие собственному ребенку (предлагая что-то по-настоящему интересное) и себе. Именно это и есть семья, когда все испытывают удовольствие от общения друг с другом.

Чем старше становится ребенок, тем богаче палитра совместных развлечений. Главное – проявлять инициативу.

Про влияние жен на мужей

Знаешь, жизнь значительно проще, чем мы представляем. Но в природе человека – все усложнять. Большинство возникающих проблем создаются собственными руками, без особой на то необходимости. Наши амбиции, привычки, желание казаться, а не быть очень часто добавляют некой остроты в наши будни. Это как в анекдоте про мужчину и женщину, собирающихся связать себя узами брака. Когда мужчина сразу предупреждает свою жену, что по четвергам у него традиционно баня с друзьями, по субботам – футбол, а раз в две недели он уезжает на рыбалку, и ему совершенно безразлично – снег, дождь, день рождения тещи или детей, ничего не должно меняться. На что жена отвечает ему, что у нее есть лишь одно правило – каждый день в 21.00 у нее секс, есть муж дома, нет – у нее секс.

Эта веселая зарисовка может показаться забавной и утопичной для тех, кто не состоит в браке, не имеет детей и живет своей жизнью, удовлетворяя лишь свои желания и потребности. Но в каждой шутке есть доля шутки. А ведь за юмором скрывается глубина и некие фундаментальные основы семейной жизни.

Вступающему в брак человеку нужно понять одну лишь вещь – его жизнь больше никогда не будет прежней. Все, чем он жил, будет скорректировано и пройдет сначала через фильтр мировоззрения жены, а когда появятся дети, то и через еще несколько фильтров, в том числе повторно, через подкорректированный фильтр супруги-мамы. Но коррекция не должна быть глобальной, иначе что останется в результате? Наверное, нас, мужчин, выбирают за какие-то качества, достоинства, жизненные приоритеты, черты характера. Меняться мы должны исходя из собственного желания, временами, вследствие объективных обстоятельств. Но это не должно быть бессмысленно навязанным извне, кем-то. Это наш мужской выбор.

Важно, чтобы мужчина оставался мужчиной, самое главное – собой. А это не так просто.

Наверняка тебе знакома ситуация, когда твой друг женился и пропал из твоей жизни. При этом единственной причиной стало лишь желание его новой жены. И он даже точно не понял, когда это желание стало его собственным. И стало ли?

Главное заблуждение женщин в этом случае заключается в том, что, желая изменить своего мужчину, они со временем превращают его в аморфное существо, суть существования которого сводится к простому стремлению постоянно находиться

в зоне комфорта, не развиваясь и не проявляя инициативу. Кстати, это будет уже совершенно не тот человек, что был раньше.

Хороший отец – инициативный отец, готовый всегда высказать свою точку зрения, дискутируя с женой, если на то есть причина. Мне очень грустно смотреть на мужчин-отцов, у которых уже давно не возникает желания что-либо сделать, предложить или организовать, ведь они привыкли к мысли, что жена-мама все делает сама.

В результате такого восприятия у нас – мужчин появляется желание отдалиться. И ведь всегда найдется, чем заняться. Другое дело, что это не принесет пользы ни самому мужчине, ни его семье.

В семье нужно быть честным не только со всеми ее членами, но прежде всего – с самим собой. Зачем нужен отец, если к его мнению не прислушиваются, более того, навязывают собственное под предлогом целесообразности.

Аргументация и желание слышать – вот ключ к успеху.

Даже самая лучшая мать не способна вырастить гармонично развитого человека без мужчины. Обязательно будут проблемы.

Только мудрые женщины способны создать по-настоящему счастливую семью. А что мешает быть мудрой?

О восприятии возраста

Удивительная вещь – наблюдение за собственным восприятием разнообразных явлений. Со временем мы меняемся. И эти изменения проходят столь незаметно, что уловить их можно, лишь глубоко задумавшись.

Вот возьмем возраст ребенка. Я прекрасно помню те дни, когда Лиза только появилась на свет. Масштаб события, конечно, наложил свой опечаток. Первый ребенок, как-никак. Глобальная корректировка жизненных приоритетов и мировосприятия, где центральную роль стал играть новый человек, которого еще вчера ты даже не мог представить.

Те первые мгновения, секунды, что с одной стороны, длятся целую вечность, с другой – летят с огромной скоростью. Первые часы, в течение которых ты медленно растворяешься в этом новом восприятии – чувстве, что ты находишься рядом с человеком, которого создали вы с любимой.

Эти первые часы подобны всей твоей жизни, от рождения и до того самого момента, когда ты впервые взял своего ребенка на руки. Это бесконечная Вселенная, сжатая во времени и позволяющая наблюдать за своим формированием. В эти часы я увидел больше, чем за почти три десятка лет собственной истории. В этот момент другая история начинает создаваться, и у тебя еще есть возможность воочию насладиться этим феноменом. Естественным образом природа дает тебе возможность увидеть новую жизнь в необычном ракурсе, словно в режиме ускоренной киносъемки, когда развитие человека улавливается глазом в реальном времени. Эти часы бесценны.

Ты видишь, как меняется цвет глаз, форма головы, цвет кожи у только что родившегося нового человека. Все это можно разглядеть, если ты хочешь видеть.

А самое удивительное заключается в том, что преимущество отца над матерью в эти часы более чем осязаемое. Изнуренная, пребывающая в состоянии эйфории и безумно счастливая, сразу после родов новоиспеченная мама уже уходит в свою реальность.

На нее обрушивается чудовищная усталость, когда ей просто необходимо восстановить силы. Ко всему прочему добавляется страх за вполне осязаемого нового человека, и одно желание – скрыть его от этого враждебного мира в своих объятиях.

Отцы же, испытав свой самый сильный, пока еще не весьма осознанный стресс жизни (я говорю про тех, кто не покидал роженицу ни на одной из стадий родов), способны только наблюдать.

Сразу после родов они могут помочь лишь этим. Именно в этом наблюдении и заключается их преимущество. Только они способны увидеть все то, что так трудно описать словами.

Со временем часы перейдут в дни. На этой стадии ты всегда будешь точно знать, сколько дней твоему ребенку. Эта цифра будет иметь сакральное значение. Как и те первые цифры, которые ты услышал еще в роддоме – вес, рост.

Затем к дням добавятся недели, и восприятие возраста твоей дочери будет сводиться к чему-то вроде «2 недели и три дня».

Чуть позже ты перейдешь на месяцы. С каждым новым днем твоя жизнь будет становиться все более и более насыщенной.

И вот твоей дочке исполнится год. Бесконечно огромная цифра, этот день будет одним из счастливейших в твоей жизни, ведь цифры для нас играют существенную роль. На них отчасти строится наше мировосприятие.

Пройдет еще двенадцать месяцев и к году прибавится второй, рисуя цифру «два» в голове. Она уже не будет столь долгожданной. Ее ты будешь воспринимать более сдержанно, имея желание только устроить настоящий праздник для твой дочурки.

На сегодняшний день я даже не сразу могу сказать, какой точный возраст у моей дочери. Что-то вроде двух лет и шести месяцев, или семи? Та бесконечность, с которой раньше воспринимались секунды, стала выражаться уже даже не месяцами, но годами, или, может быть, десятками лет.

Одно я знаю точно, именно после возраста «два с половиной года» я принципиально изменил свое восприятие. Даже не я сам, а жизнь его изменила.

Забавно размышлять и о собственном возрасте. Если я знаю на 100 %, что возраст моего ребенка на текущую дату составляет два года, неуверенность появляется, когда нужно вспомнить число месяцев, то в собственном возрасте я могут ошибиться на целый год, назвав цифру двадцать восемь вместо двадцати девяти.

Вот такой вот парадокс восприятия.

Дети и фотографии

Невозможно переоценить значение детских фотографий. Эти зарисовки самых счастливых мгновений должны создаваться бесконечно. И я абсолютно убежден, что их количества все равно не хватит, чтобы запечатлеть всю ту многогранную палитру детских эмоций, с которыми родители сталкиваются каждый день. За несколько секунд, а порой и за доли секунды, ребенок способен создать столько, сколько никогда не вместится в целые дни, а может быть, и недели с месяцами жизни среднестатистического взрослого человека.

Каждый раз, просматривая случайно сделанные снимки, я получаю сильный заряд бодрости и хорошего настроения. Я знаю мало вещей, которые могли бы сравниться по силе с этим чувством.

Это такая редкая, но правильная история, когда ты получаешь удовольствие от простых и честных вещей, когда ты с любовью разглядываешь своего ребенка и мысленно переносишься в то самое мгновение, когда была сделана фотография. Ведь ты точно знаешь, что было до и после, и, показывая ее, ты пытаешься передать эту атмосферу, снабдив фото-зарисовку своим комментарием. Да и даже если этого комментария не будет, все равно люди будут рассматривать детские эмоции с улыбкой на лице. Есть в этом нечто волшебное.

Ребенок будет взрослеть, а ты по-прежнему будешь держать фотоаппарат в руках, стараясь нажать кнопку затвора именно в тот момент. Поистине хорошие кадры будут получаться не всегда, но ты будешь пробовать вновь и вновь. А параллельно будешь наблюдать за тем, как ребенок взрослеет.

Вот появился первый зуб. Затем чуть сильнее отрасли первые волосы. Пеленки с памперсами сменились на штанишки, юбочки и майки. Еще недавно мелькавшая соска пропала в какой-то момент. Появились первые солнечные очки и изящная шляпка. Будут и первые детские туфельки с каблуками. Небрежный, на скорую руку, лак на ногтях, который нанесла любимая теща, или бабушка, тайком от родителей. Появится первый синяк, к которому ты будешь относиться с легкой тревогой и трепетом.

Остановившееся мгновение сможет рассказать про первый стишок Деду Морозу. Напомнить про эволюцию купания, где все начиналось с неловких грудничковых движений, на руках у папы, и превратилось в самостоятельное плавание без чьей-либо помощи.

Это время столь скоротечно, столь непродолжительно, и

стоит на секунду закрыть глаза, как оно пройдет. Некоторые люди вспоминают его по фотографиям, а у кого-то нет даже этого.

Каждый новый день рассказывает нам новые главы этой истории, а ведь ее легко пропустить. Стоит чуть глубже уйти в рабочие будни, увлечься воспитанием главного героя этой истории и какие-то детали сюжета забудутся.

Именно фотоаппарат является той нитью, которая позволит тебе совершить маленькое путешествие во времени, чтобы отчетливо вспомнить то, как все начиналось и развивалось. Каждый раз, открывая фотоальбом, ты будешь предаваться воспоминаниям. Поначалу ты будешь делать это в узком семейном кругу, затем этот круг будет расширяться. В какой-то момент твой ребенок с интересом будет разглядывать собственные фотографии и давать любопытные комментарии. В эти моменты ты будешь по-настоящему счастлив и горд за то, что эти эмоции остались на бумаге.

Про ритуал чтения на ночь

Когда-то давно, будучи ребенком, я размышлял на тему взрослой жизни, представляя то время, когда стану большим.

Наверное, этот этап проходит каждый маленький человек. На пути своего становления я видел множество поворотов, каждый из которых хотелось совершить, но пристальный взор взрослых, далеко не всегда позволял мне поддаться собственным желаниям. Я не могу определенно ответить на вопрос, слышал ли я чаще слова «нет» и «нельзя», или наблюдал молчаливую улыбку – знак одобрения. Скорее первое. В любом случае, я догадывался, что существует некий мир взрослых, который можно понять, лишь очутившись в нем.

Родители ведь далеко не всегда аргументировали свои «можно» и «нельзя», от чего оставалась какая-то недосказанность. Нечто интригующее и побуждающее искать обходные пути в стремлении выявить закономерность.

Когда я был маленьким, я с нетерпением ждал, когда, наконец, мне позволят совершать собственные ошибки, делать выводы, обзавестись чувством ответственности за принимаемые мною решения. Я часто представлял себе то время, когда у меня самого будут дети.

Еще в детстве, когда мама с папой читали мне книжки перед сном, я хотел оказаться на их месте. Меня безумно увлекала эта атмосфера, созданная из, казалось бы, простых вещей.

Тусклый свет одинокой лампы, мягкое одеяло, нежная улыбка мамы, ее мелодичный голос и педагогическая дикция. Как будто ты закрываешь глаза, но чуть иначе. Погружаясь в эти истории, я словно открывал новые Вселенные, а в конце всегда сохранялась интрига. Ведь повествование заканчивалось значительно позже того момента, когда я засыпал. Иногда мне даже казалось, что стоит открыть глаза посреди ночи, а мама сидит все на том же месте, читая ту самую книгу, не замечая меня.

Удивительно, но я как раз подошел к той черте, за которой идет следующий этап, но в новой роли. Лизе еще не исполнилось трех лет, но она уже начинает получать удовольствие от тех вещей, что когда-то радовали меня. Она ложится рядом, обнимает меня. Мы включаем лампу, и я стараюсь воссоздать для нее ту самую атмосферу, что когда-то любил сам. Ее внимательный детский взгляд аккуратно скользит по моему лицу. Она следит за каждой лицевой мышцей, я точно улавливаю это боковым зрением. Наверняка она ощущает всю ту теплоту, которую я хочу вложить в этот ритуал.

Конечно, она пока не до конца понимает всю сюжетную линию, а некоторые слова ей не знакомы. Но она внимательно слушает, периодически останавливая меня, чтобы задать свои детские вопросы. А я стараюсь дать на них наиболее понятные и честные ответы.

На этом этапе я знаю одно: важно не само повествование, а та атмосфера, что создается вокруг. Она еще лишь знакомится с этим новым, загадочным миром. В этом мире еще есть место волшебству.

Ребенку не нужно об этом прямо говорить, он и сам это чувствует. Если в силах родителей открыть ребенку эту дверь, почему же этим не воспользоваться?

Чуть позже она будет подходить к ритуалу чтения на ночь иначе, более осознанно, по-взрослому. А потом и сама научится читать.

Но это уже совсем иная история, о которой я бы с радостью рассказал, если бы не желал продлить это чудное мгновение, которое есть сегодня.

Размышления о любви, строгости и справедливости

Где та граница между любовью, строгостью и справедливостью, что обязательно должна быть в отношениях отцов с дочерьми? Нащупать ее можно, лишь спотыкаясь, иначе не получится. Каждый день я заглядываю в эти хитрые детские глаза, но ответа не получаю. Да и не получу. Ведь он, видимо, должен прийти с опытом. Но за это время ты наделаешь столько ошибок, что потом будешь нехотя возвращаться назад в поисках некого идеального решения, которого, как ты можешь догадаться, просто не существует.

Каждый день твоя дочка становится чуточку взрослее, чуточку мудрее и сложнее для анализа. Поэтому анализировать и работать необходимо ежедневно, начиная с рождения. Очень легко потерять связь и вектор этого развития. Особенно это касается отцов. Хорошие матери, как правило, никогда не упускают этот вектор, так как проводят с детьми львиную долю своего времени.

Проблема заключается еще и в том, что инициатива должна идти от тебя, в противном случае ты будешь вынужден идти на поводу у собственного ребенка или у тех близких людей, которые его окружают. Бабушки, дедушки, тети и дяди… Каждый из них относится к твоему ребенку со своей толикой любви. Но одно дело – любить, и совершенно иное – воспитывать. Безответственную любовь гораздо легче подарить, чем правильно преподнести, требуя ответственной реакции. За ее последствия обычно будет расплачиваться кто-то другой. Обычно – родители.

Стоит оставить ребенка на целый день с бабушкой… Ну, ты и сам знаешь последствия. Возвращаясь домой, ребенок меняется даже во взгляде. Ведь он вкусил ощущение альтернативного подхода, где каждый его каприз удовлетворяется, а слезы превращаются в настоящее оружие, которому подвластны любые цели.

Не могу однозначно выразить свое отношение к такой бабушкиной любви, вполне вероятно, что ребенок черпает для себя что-то новое и развивается, нащупывая тонкие места человеческой натуры. Ведь бабушка, сама того не осознавая, учит ребенка анализировать и экспериментировать в попытке достижения поставленных задач.

Задача отца – вовремя ее остановить. Иначе справиться с ребенком будет уже невозможно.

Любовь отца к дочери должна быть ответственной. Я практически убежден, что от этой любви зависит то, какое мировоззрение сложится у маленькой девочки в будущем. Дочка должна четко знать, что папа – самый надежный человек в ее жизни, она должна чувствовать себя с ним словно за каменной стеной. Но она не должна забывать, что на все это она может рассчитывать лишь в случае собственной честности и справедливых поступков.

Я всегда считал, что все люди равны. Между мной и условным гастарбайтером из средней Азии, работающим где-нибудь в Москве, нет совершенно никакой разницы. Разница есть лишь в тех обстоятельствах, которые привели нас к разным промежуточным этапам. В том числе и этому я хочу научить собственную дочку.

Я хочу, чтобы в ней не было надменности. Мечтаю, чтобы она была скромной и отзывчивой, умела проявить сочувствие, но трезво оценивала обстоятельства. Я хочу объяснить ей, что, какая бы семья у нее ни была, каких бы успехов она ни достигла, при виде очереди из двадцати человек в кассу она бы стала двадцать первой и не пыталась лукавить.

Я хочу, чтобы она была честной перед самой собой. И самое главное, чему бы я хотел ее научить, так это способности принимать трезвые решения на основе собственного мировоззрения и нести ответственность за их последствия. После того как это случится, я пойму, что ее можно отправлять в самостоятельное плавание.

А пока ей исполняется два года и восемь месяцев…

Про детский сад

Шаблоны – неизбежные атрибуты жизни. Какую сферу ни возьми, окажешься в их плену. Многие вообще воспринимают эти вещи как нечто само самой разумеющееся, не пытаясь сформулировать свою повестку дня, исходя из реалий своей жизни. А вот я стараюсь всегда идти не по протоптанной тропинке, а исходить из тех обстоятельств, что присутствуют в моей жизни и жизни моей семьи на момент принятия решения.

Вот возьмем такое понятие, как детский сад. Является ли это обязательным для каждого ребенка? Я, честно говоря, до появления Лизы на свет считал, что это некая ступень, которую должен пройти каждый. Более того, я не знал и не знаю примеров когда эту ступень пропускают. В детский сад ходил я, мои друзья, знакомые, родители, друзья родителей…

Поменялось ли что-то с тех пор? На мой взгляд, безусловно.

Жизнь стала многограннее и насыщеннее, чем это было прежде. Подобно тому как наши родители довольствовались малым количеством игрушек, а наше детство проходило более празднично, понятие «детский сад» перешло из категории обязательного и по сути единственного, в категорию «один из вариантов». Времена менялись. Бесконечный мир детских развлечений, созданный человечеством на сегодняшний день, просто поражает. Мы невольно сравниваем игровые возможности двух поколений (свои и наших детей), приходя к мысли, что у нас такого не было.

Вот зачем нужен детский сад современным детям? Безусловно, он освобождает время родителей (в большей степени мамы). Можно даже предположить, что в этом заведении ребенок будет как-то развиваться, а самое главное – социализироваться.

С другой стороны, дети, посещающие детский сад, постоянно цепляют те или иные болезни. Это неизбежно. Помимо этого, чужие люди, какими бы хорошими они ни были, не способны позаботиться о ребенке так, как это делают его близкие. Сложно представить, что один-два воспитателя могут справиться с тем количеством детей, которое им доверили. Обязательно в их работе будет брак. В лучшем случае, этого брака будет незначительный процент, но согласись, когда мы говорим о детях, то даже малый брак может стать решающим. Невнимательно проследив всего за одним ребенком из десяти, можно получить последствия в виде болезни или еще чего хуже.

И вроде один из десяти – это совсем не много. Но если представить, что это твой ребенок, становится не по себе.

Мне почему-то думается, что детский сад – это, в основном, не про детей. А про их уставших родителей. Самая простая возможность для того, чтобы отдохнуть от своего чада. Вот только когда мама отдыхает, ребенок развивается. И бог его знает, в какую сторону. Некий бесконтрольный процесс.

В современном мире есть столько альтернатив детскому саду, что достаточно глупо просто плыть по течению, остановившись на самом очевидном варианте.

То время, что ребенок тратит на детский сад – конечно. Ты не успеешь сделать вдох, и вот уже школа. Так почему бы не подготовиться к ней по индивидуальной программе?

Жизнь гораздо привлекательнее того, что может дать детский сад, тем более государственный.

Занимайся с ребенком самостоятельно, прививая ему свои ценности, участвуя в формировании его мировоззрения. Лишь под чутким руководством любящего человека ребенок способен обрести максимально правильные очертания. Конечно, любящим человеком может оказаться и воспитатель, но это лотерея. Тем более что правды ты можешь так и не узнать.

Та усталость, что накапливается у мамы с папой ближе к трехлетнему возрасту ребенка, весьма коварна. По себе знаю, как это тяжело постоянно находиться с малышом, изо дня в день сталкиваясь с его растущими активностью и любознательностью, откладывая в сторону собственные интересы, что некогда были такими важными.

Признаюсь, мне часто бывает нелегко смотреть на собственную жену – мать моей дочери, ведь ее напряжение и усталость неизбежно ложатся и на мои плечи. Но на то и существует семья, чтобы поддерживать и помогать друг другу по ходу жизненного пути.

Несмотря на то, что моей семье сказочно повезло иметь двух активных бабушек, дедушек, а также любимую Лизину тетю Алю (Алина), которые с радостью готовы предложить свою помощь, постоянно проявляя инициативу, того времени, которое мы сами отдаем ребенку, более чем хватает, чтобы по-настоящему устать.

Но если превозмочь себя, собственную усталость, лень и бог знает какие еще человеческие недостатки и дать ребенку тот максимум, что способен дать лишь ты, то ближе к первому классу школы можно будет смело отпускать свое чадо в свободное плавание. Ты и сам будешь понимать, что ребенок готов.

А пока попытайся понять, какие у твоего малыша есть задатки. И тогда, возможно, ты сможешь их раскрыть гораздо раньше, чем сильно ему поможешь.

Про прогулки

Теплый весенний вечер. Его свежие дуновения ощущаются в каждом глотке воздуха. В такие мгновения мегаполис превращается в благоухающий лес, его свежесть захлестывает тебя с головой, заряжая нежностью и хорошим настроением. Возвращаясь с работы домой, ты не торопишься. Спидометр редко поднимается выше отметки в 80 км/ч. А когда сворачиваешь со МКАДа на Рублевское шоссе в сторону центра, ты перестраиваешься в крайней правый ряд, уступая всем тем, кто сильно торопится или просто находится в суете.

Затем ты въезжаешь на широкий Кутузовский проспект, здесь скорость опускается еще на 20 км/ч, до 60. Не то чтобы этот участок дороги заставлял тебя двигаться именно так, просто именно здесь ты улавливаешь дух наступающей весны в городе. Ведь ты знаешь, что дорожные службы традиционно относятся к этой федеральной трассе с особым трепетом, стремясь очистить ее от последствий зимы значительно раньше всех остальных магистралей. Дорога становится такой чистой, что ты можешь рассмотреть в асфальте все пятьдесят оттенков серого.

Широкий проспект, закатное солнце, наполняющее его своим нежным послевкусием, и ты – молча взирающий на окружающую реальность. Из приоткрытого окна доносятся ароматы уже позабытой поры, о которой ты так часто вспоминаешь в начале августа и середине ноября.

Какофония урбана не способна заглушить прорывающиеся, словно десятки ручейков, песни возвращающихся в город птиц. Их симфония отражается от стекол домов и окон автомобилей, с вибрацией растворяясь где-то в ушных раковинах. А еще – трава, деревья и ветер. Ты как будто бы слышишь эту музыку, но не органами слуха, чем-то другим. Ты ощущаешь их каждым волоском на теле. И это завораживает.

Приближаясь к подъезду дома, ты всматриваешься вдаль сквозь лобовое стекло и видишь возникший силуэт. Пройдет мгновение, и ты распознаешь в этом силуэте собственного ребенка, азартно катящегося на своем маленьком трехколесном самокате цвета морской волны в твою сторону.

И вот она замечает тебя. И как ей это удается? Ведь ты даже не успел открыть дверь, но за силуэтом знакомого автомобиля с хищной кошкой на капоте она пытается рассмотреть папу. Ее глаза раскрыты широко-широко. Мне кажется, я уже не способен изобразить похожий взгляд, даже если очень захочу. Но ведь когда-то мог, и смотрел подобным образом…

Дверь медленно открывается, и я выхожу на улицу. А ребенок мчится мне навстречу, чтобы обнять и вовлечь меня в свои забавы. И секунды не прошло, а у меня уже такое ощущение, что словно не было этого дня, ни утра, ни дня, ни даже вечера. Все встречи и разговоры, документы и договоренности, офисная суета со всеми ее атрибутами – растворились и улетучились.

Лишь я и она, и этот момент, когда она со мной разговаривает так, словно я вовсе никуда не уезжал, а прогуливался с ней по улице. Дети так умеют, без лишнего пафоса и глупых вступлений, перейти к самой сути, вовлекая тебя и приоткрывая двери в свой мир. Тебе лишь нужно протянуть руку навстречу, и улыбнуться. Ведь без улыбки никуда.

Спустя еще мгновение мы отпускаем маму домой и остаемся вдвоем, чтобы насладиться этим чудным вечером вместе. Она, как точный измерительный прибор, как лакмусовая бумажка – сразу улавливает красоту происходящего. И я счастлив, что и я ее ощущаю. Ведь бывает так, что, загруженному повседневным и совсем не обязательным, тебе просто не хватает времени открыть глаза и увидеть, а она видит. Видит всегда.

Мне сложно сказать, когда именно это произошло, но с Лизой стало интересно отправляться в длительные пешие прогулки. Она бегает, прячется, постоянно что-то придумывает, а самое главное – рассказывает, задает вопросы и озвучивает свои умозаключения.

Ты наслаждаешься тем, как она формирует свое мировоззрение, раскладывая по полочкам полученные знания и откладывая на потом те вопросы, которые ей пока не ясны или не понятны. Подобно прилежному ученику, она ищет связи между разнообразными явлениями и понятиями. А я, как заправский учитель, пытаюсь дать ей те основы, из которых состоит мой мир. Отвечая на ее зачастую каверзные вопросы, я стараюсь вложить в ответы толику своей морали и видения жизни, не навязывая, а скорее, показывая и аргументируя. Ведь мне крайне важно, чтобы она научилась мыслить самостоятельно. И судя по ее первым размышлениям, она на верном пути.

Проворно управляя своим маленьким самокатом, она мчится вперед по бульвару, и мне остается перейти на бег, иначе ее просто не догнать. Она звонко смеется и отталкивается левой ногой от земли, совершая очередное ускорение. Как только она достигает проезжей части, самокат останавливается. Она встает рядом с ним, дожидается, пока я подойду. Поднимет свой строгий и в то же время тревожный взгляд, чтобы произнести: «Папа, стой. Там ездят машины, не иди быстро. Дай ручку».

И вот я беру самокат в одну руку, ее в другую. Оглядываясь по сторонам, я чувствую себя настоящим отцом. И мне безумно

приятно осознавать весь этот каскад эмоций, где чувство ответственности тесно переплетено с безграничной любовью. Я даже порой ловлю себя на мысли, что это не справедливо – так относиться к дочери. На фоне этих эмоций, отношение к любому другому человеку меркнет и выглядит бледно. Но я ничего не могу с собой поделать. Уж больно сильно я к ней привязался за эти три года, проведенные вместе.

Время летит незаметно. Я ловлю себя на мысли, что не помню, когда именно село солнце, хоть и понимаю, что с этого момента прошло достаточно времени. Мы общаемся, смеемся, рассуждаем о вероятности появления «голодного волка из-за угла»… Нам с ней так хорошо, что она не хочет возвращаться домой, уговаривая меня погулять «еще чуть-чуть». И мне совершенно не хочется ей возражать. И я не буду.

Но я абсолютно точно знаю, что отправлюсь с ней в очередную прогулку, как только она меня позовет. А еще мы возьмем с собой любимую маму.

Про влияние крестных

Недавно моя лучшая подруга, по совместительству крестная мама Лизы, подарила очередную порцию любопытнейших детских книг. Так получается, что именно этот человек формирует альтернативное воспитание моего ребенка посредством особенных подарков с педагогическим уклоном. А так как она является дипломированным специалистом в этой области, я всегда знаю, что за подарками скрывается больше смысла, чем кажется на первый взгляд.

Казалось бы, что может быть проще покупки развивающих книг. С другой стороны, стоит зайти в любой книжный магазин, и очень быстро придет понимание того, что богатый выбор далеко не всегда является очевидным преимуществом.

Среди подаренного, мы с Лизой обнаружили и остановились на одной из книжек по развитию памяти. День подходил к своему завершению, мы готовились ко сну, усевшись поудобнее в мягком широком кресле, настроили правильное освещение прикроватной лампы и приготовились к нашему вечернему ритуалу.

На первой странице были нарисованы несколько предметов. Дерево, домик, флажок, забор, мячик и кукла. Каждая из этих вещей была разноцветной. Например, кукла была одета в голубенькое платье, обута в желтые туфли, в руке держала фиолетовые цветы, волосы – русые, а на голове – розовая шляпка. Домик также имел несколько цветов, которыми были разрисованы крыша, окна, дверь. Картинка состояла из целой палитры цветов, как логичных (как в случае с зелеными листьями на коричневом дереве), так и случайных (цвет дома, мячика, платья, шляпки).

Я задавал Лизе вопросы, относительно тех или иных предметов, а она отвечала мне на них. В общей сложности я задал ей около 20 вопросов. А затем случилось нечто необычное.

Закрыв от дочки книжку, я стал повторять вопросы, хаотично перескакивая с одного на другой. Так вот, из двадцати, я получил 100 % правильных ответов. И это с первого раза! Анализируя собственные способности, могу однозначно сказать, что моя статистика была бы более скверной. Поначалу мне показалось это случайностью. Но когда она проделала подобное еще несколько раз, стало очевидно, что ее память работает как-то иначе. И теперь я гадаю над тем, является ли это ее уникальной особенностью, либо ее сверстники такие же.

Такой вот простой подарок приводит к неожиданным последствиям, дополняя мировосприятие такими сладкими

открытиями.

Вообще, на мой взгляд, это и есть уникальная особенность крестных родителей – участвовать в воспитании ребенка посредством наблюдения и инициативы «со стороны». Крестные обычно находятся чуть поодаль от семьи, что позволяет им смотреть на развитие ребенка чуть более объективно, внося свои коррективы. Главная задача родителей при этом сводится к тому, чтобы подобрать правильных крестных, руководствуясь не эмоциями или какими-нибудь конъюнктурными соображениями, а зовом сердца. Ну и, конечно, прислушиваться к тому, что они говорят или на что намекают.

Вообще это удивительная вещь, когда близкие тебе люди, которые (в моем случае) на протяжении большей части жизни находятся рядом, становятся частью твоей семьи. Уникальность моей ситуации заключается еще и в том, что крестный папа и крестная мама Лизы – мои лучшие друзья. И теперь каждый из них оставляет свой след в воспитании моей дочери.

А самое интересное – наблюдать за тем, как Лиза воспринимает своих крестных. То ли она замечает отношение родителей к этим людям, копируя его, то ли сама видит в них нечто большее, чем просто «дядя» и «тетя». Но что-то там есть. Вообще слово «крестный(ая)» обладает какой-то особой аурой. Стоит его произнести вслух, и как будто становится теплее.

Так получилось, что моего крестного уже давно нет на свете. Хотя я часто вспоминаю ту атмосферу, которую он создавал. Я чувствовал себя с ним на равных. Он постоянно приносил праздник в мою жизнь. И каждая наша встреча была наполнена своим смыслом, который понимали лишь мы.

Я очень хочу, чтобы те люди, на которых мы с женой остановили свой выбор, создали нечто подобное с нашим ребенком. Свой мир, который был бы до конца понятен лишь им. И я верю, что так и будет.

Страх, эгоизм и справедливость. Все не так просто

Когда у тебя есть один ребенок, ты рано или поздно столкнешься с таким понятием, как эгоизм. И здесь, на мой взгляд, нет ничего плохого. Это вполне естественно. Ведь ребенок живет в своем микромире, воспринимая жизнь через фильтр своей реальности, суть которой сводится к одной банальной вещи – всеобщая безвозмездная любовь. Каждый хочет сделать этого маленького человека счастливым. Задаривая подарками, проявляя заботу и внимание, участвуя в его играх и подчиняясь его инициативе. Поначалу все кажется таким естественным. Но со временем ты начинаешь задумываться: все ли я делаю правильно как отец?

Быть может, для этого и нужна та самая социализация, которую дает детский сад? Я совершенно не верю, что ребенок может быть эгоистом сам по себе. Его делают таким обстоятельства. И на это можно повлиять. Я вот, например, всю жизнь рос с младшим братом. Мне всегда казалось очевидным, что мир не крутится лишь вокруг меня, приходится считаться и с другими людьми, ровно такими же, как и я. Иногда ты испытываешь от подобных правил дискомфорт, иногда радость, но это обязательная часть жизни. Благодаря таким вещам человек становится лучше, более восприимчивым к потребностям других. Вот так мне казалось поначалу.

Но последнее время стал замечать интересные особенности в Лизе. Будучи дочкой своей мамы, она у нас получилась более чем эмоциональной. Это удивительный ребенок. От громкого безудержного смеха до слез ее зачастую отделяют считаные секунды. Не могу сказать, что я являюсь поклонником такого темперамента, особенно в женской половине человечества, но я определенно люблю эти проявления за то, что они – настоящие.

Лиза стала очень недоверчиво относиться к мужскому полу. Это можно заметить невооруженным глазом. Как только на ее пути появляется мальчик, причем неважно, какого возраста, она отходит в сторону, и как будто бы ждет подвоха. Если мальчики приходят к ней в гости, она прячет свои игрушки, ожидая, что они без спроса начнут в них играть. На детской площадке она всегда пропустит мальчика на горку или качели, именно ввиду осторожности. Выражение ее лица достаточно прямо передает эту напряженность.

В последние несколько месяцев мы стали ходить с Лизой на

развивающие занятия. Там играют, танцуют, тренируют спортивные навыки и творческие. Весьма полезно и интересно. Только вот есть один нюанс. Если Лиза занимается одна, все идет весьма неплохо. Но стоит прийти на занятие еще нескольким малышам, ее поведение меняется. Активная, энергичная, веселая девочка превращается в застенчивого ребенка, который отказывается выполнять все то, что ей предлагают. Особенно страшно ей взаимодействовать с мальчиками. Меня это волновало. Честное слово. Будучи достаточно общительным и инициативным, я не мог понять, почему дочка ведет себя именно так. Правда, моя мама говорит, что в детстве я вел себя похожим образом.

Я долго не мог понять, с чем же это может быть связано. И тут я вспомнил один, казалось бы, незначительный эпизод из ее совсем еще детства, который, как мне кажется теперь, имел достаточно ощутимые последствия, с которыми мы до сих пор не можем до конца справиться.

Это произошло во время нашей поездки в Хорватию. Лизе тогда исполнялся один год. Так получилось, что ее первые самостоятельные шаги совпали с ее днем рождения. Неописуемый восторг родителей и озорной смех самой малютки приковывал к себе внимание всех окружающих. Среди таких вот зрителей оказался наш маленький сосед – мальчик двух лет с вечно обиженным видом, достаточно грубый. Не понятно почему, но Лиза испытывала симпатию к этому мальчику. Она постоянно наблюдала за тем, что он делает, улыбалась ему и всячески привлекала к себе внимание.

Однажды Лиза стояла около нашего домика и рассматривала маленького соседа, улыбаясь ему и что-то произнося на своем языке (она тогда только начинала разучивать свои первые слова).

На тот момент она научилась держать равновесие, но, когда стояла, было заметно, что ей это дается с трудом. Мышцы ее тела становились сильнее, привыкая к ее новым потребностям.

Я находился поблизости – стоял на расстоянии 5 метров с видеокамерой и пытался запечатлеть ее новые умения. В этот момент наш маленький сосед взял палку, быстро подошел к Лизе и зачем-то ударил ее в область шеи. Делал он это с таким выражением, что впоследствии мы прозвали его «маленьким фашистом».

Лиза упала на траву и начала громко плакать. Я быстро подбежал к ней, провел воспитательную беседу с маленьким агрессором (он, судя по всему, так ничего и не понял) и взял на руки дочку. Как только она оказалась у меня на руках, я понял, что она дрожит. Чувствовалось, что она сильно испугалась. Также

ее взгляд говорил о сильной обиде.

Признаться, я впервые видел такое выражение на ее лице. Все было как у взрослых, я понимал ее чувства, и старался ее успокоить и объяснить, что мальчик не хотел ее обидеть и сделать больно, он просто немного заигрался. Хотя я сам не мог понять, что происходило в голове у того малыша.

Она достаточно долго выходила из этого состояния, и этот эпизод нам сильно запомнился. Правда, со временем мы стали забывать его.

Сейчас же, я практически убежден в том, что эпизод сыграл важное значение в формировании ее восприятия мужского пола. Мы тогда не рассматривали этот вопрос в подобном ключе, а зря. Ведь впоследствии, именно с того времени, у нее появился страх мальчиков. Возможно, было что-то еще, какая-то незначительная, как нам могло показаться, агрессия в будущем. Но теперь я понимаю, что она ее ждала. К нам в гости приходил еще один мальчик – чуть младше Лизы, и постоянно пытался ударить ее. Как мы только ни пытались успокоить его – ничего не получалось.

В результате ребенок нашел подтверждение своему страху, сделав логичный вывод: все мальчики – драчуны, они опасны.

Наша задача, как я ее вижу сейчас, показать ей альтернативу, продемонстрировать, что мальчики бывают разные, и постепенно наполнить ее жизнь достойными примерами.

А вот другая история. У Лизы есть двоюродный братик. Ему еще не исполнилось и года. Зачастую Лиза очень ревностно относится к тем игрушкам, в которые он играет, требуя их не трогать. Каждый раз она утверждает, что это ее игрушки и поэтому он не должен их брать. Пытаясь ей объяснить истинное положение дел, я каждый раз натыкаюсь на стену непонимания и получаю слезы как итог.

Поначалу мне казалось, что это яркое проявление эгоизма, но со временем и с помощью жены я обратил свое внимание на то, что ее реакция бывает и сдержанной. Мы с женой заметили некую закономерность в ее поведении. Лиза возмущается каждый раз, когда братик играет в те игрушки, которые когда-то принадлежали ей. Возможно, кому-то покажется это сущим пустяком, но не нужно забывать и другого факта. Лизу никто не спрашивал, когда игрушки передавались ее братику «по наследству». Она просто выросла, и мы с ее мамой посчитали, что они уже не нужны. Но так как память у нее феноменальная, она ничего не забыла, логично требуя вернуть все то, что является ее собственностью. Осознав такую, казалось бы, мелочь, мы смогли договориться с ней о том, чтобы она позволила братику поиграть с ее игрушками. Поначалу она воспринимала это с неохотой, но

со временем ей даже понравилось. Главное, мы поняли причину ее бурной реакции. И признали, что она была права.

Но сколько подобных психологических загадок нам еще предстоит разгадать…

Парадокс семейной жизни

Жизнь – удивительная штука. И чем дольше живешь, наполняя ее всякими заботами, тем глубже это осознаешь. Мне всегда казалось, что нет предела человеческой свободе, а в особенности – свободе мужской. Ведь мы, мужчины, не можем иначе. Нам обязательно нужно иметь некое пространство для творчества, чтобы созидать, в том числе и для семьи. С другой стороны, чем старше становлюсь, тем больше наблюдаю примеров негативных последствий от такого рода свободы. Взрослые холостые мужчины порой прожигают свою жизнь, запутавшись в той пустоте, к которой их привело то самое ощущение свободы. Эти мысли навели меня на нечто парадоксальное.

Будучи женатым человеком, отцом, я стал по-настоящему наслаждаться этой жизнью. И вот в каком смысле.

Вряд ли можно доступно объяснить холостому бездетному молодому человеку особенности семейной жизни, тем более с детьми. Это некая самостоятельная материя, которую можно постичь лишь опытным путем, оказавшись внутри. Ведь семейная жизнь – это не просто муж, жена и ребенок. Это целый мир обстоятельств, в который можно включить родственников с их взаимоотношениями, спорт, работу, быт, учебу, увлечения, хобби, друзей, подруг и много чего еще. Все эти тесно переплетающиеся обстоятельства и создают твою уникальную Вселенную, которая живет по своим законам, постоянно видоизменяясь.

Так вот, каждый гордый муж старается быть честным перед самим собой и перед своей семьей. В результате он не имеет иного пути, кроме как поступательное движение вперед.

Ему нужно и зарабатывать, физически соответствовать потребностям семьи, он должен оставаться интересным, постоянно развиваясь, при этом его друзья должны всегда быть рядом. Все это занимает достаточно много времени. Можно даже смело сказать о том, что большая часть его жизни проходит именно таким образом. А если добавить к этому списку семью и ее заботы, то получаются все 100 % времени каждого мужчины.

Парадокс заключается вот в чем. Некоторое время назад я стал замечать, что с появлением в моей жизни настоящей семьи (а я считаю, что настоящая семья – это семья с детьми), эффективность жизни значительно улучшилась. Я теперь с большим трепетом отношусь ко всему, что я делаю, будь то работа или спорт, встреча с друзьями или домашний быт.

И все дело в ребенке. Он не оставляет тебе иных вариантов. И вот как все это работает. Допустим, ты пришел вечером с работы,

малыш набрасывается на тебя и вовлекает в свои игры. Ты переодеваешься, возможно, успеваешь перекусить и отправляешься удовлетворять его потребности. В силу того, что детский мир сильно отличается от мира взрослых, невозможно играть с ребенком на протяжении всего того времени, что ему бы хотелось. Ведь конца такой игре, скорее всего, не будет.

Построив огромную башню из конструктора, рассадив по своим местам, параллельно одев всех ее кукол, собрав несколько пазлов, повисев с ней на гимнастических кольцах, немного порисовав и вылепив что-то из пластилина, ты обязательно устанешь. Допустим, маму вы отпустили на занятия йогой, часика на 3–4, и находитесь дома одни.

Как ты думаешь, если просто сказать ребенку, что ты устал, как он отреагирует? А я тебе отвечу – он не оставит тебе ни единого шанса, рано или поздно подчинив своей воле.

Можно будет, конечно, включить ребенку мультфильмы, но этот вариант является самым примитивным и, мягко говоря, не очень полезным. Я предпочитаю прибегать к нему лишь в реально экстренных ситуациях. Возможно, ввиду именно этого обстоятельства, Лиза редко хочет продолжать смотреть какой-нибудь мультфильм более 15–20 минут. Она постоянно на что-то переключается, будь то укладывание спать своего любимого игрушечного мальчика «Мотю», или, например, любимое развлечение маленьких девочек – переодевание в разные наряды.

Так вот, после того как ты подустал от совместных игр, ты обязательно захочешь заняться чем-нибудь еще, желательно полезным. Собираешься ли ты разобрать стиральную машину, убрать со стола, помыть полы, вынести мусор, повесить картину или погладить рубашки – совершенно не важно. Главное, взять своего ребенка за руки, посмотреть ему глубоко в глаза и искренне попросить о помощи, взглядом давая понять, что тебе это очень нужно. В 99 % случаев, ребенок с радостью захочет помочь тебе, и реально поможет. Чем бы вы потом ни занимались, для маленького человека всегда найдется фронт работы. Постепенно можно будет доверять ребенку все более сложные вещи, показывая, что ты ему доверяешь.

Малыш может самостоятельно достать белье из стиральной машинки, сложить все в корзину и донести до гладильной доски. Может реально помыть пол, наблюдая за тобой.

Лиза уже умеет накрывать на стол, внимательно раскладывая ложки, вилки, салфетки, чашки и тарелки, предварительно доставая их с нижних полок шкафа, куда мы специально все переложили для ее удобства. Нужно сказать о том, что набор посуды у нас достаточно дорогой, да и редкий, но я совершенно

легко доверяю его своей дочке и не боюсь, что она что-то разобьет, хоть на полу – керамогранитная плитка. За все то время, что она нам помогает, не было разбито ни одной единицы посуды по ее вине. Она очень аккуратная.

Она может подавать тебе вещи во время глажки, застилать постель, поливать цветы, выключать или включать свет, раскладывать все по своим местам, нарезать салат. Спектр достаточно широкий. Это и весело, и полезно для развития, для ее будущей жизни.

Конечно же, через какое-то время ей это немного надоест, и тогда она попросит у тебя разрешения пойти поиграть, уже не требуя твоего внимания. Ты же будешь продолжать заниматься семейными бытовыми делами. Что-то внутри будет подсказывать, что, если уж находишься дома и не играешь с ребенком, нужно заниматься чем-то полезным. Я вот, например, не могу себе позволить сесть на диван, уставившись в телевизор, и провести в таком положении около часа. Конечно, и отдыхать нужно, но это, в основном, короткие передышки. Обычно в эти минуты ребенок подбегает к тебе, усаживаясь рядом на диване, и вы обсуждаете что-то. Иногда она рассказывает тебе что-то интересное, что произошло с ней за день, иногда ты делишься с ней какими-то своими мыслями.

Но в основном, ты созидаешь. А ребенок косвенно или прямо наблюдает за тобой. А что может быть лучше и эффективнее хорошего примера перед глазами. Раньше, до появления Лизы, я и не думал, что могу уделять столько времени мытью посуды, протиранию столов и прочим подобным вещам. Но сейчас как-то не получается иначе. Пребывая в состоянии созидания, ты ярче воспринимаешь те редкие минуты отдыха, когда остаешься один или наедине с женой. Твоя жизнь становится весьма приятной, острой, настоящей.

Ребенок и осознание того, что жена проводит с ним львиную долю своего времени – двигают тебя вперед, и ты интуитивно, сердцем, хочешь соответствовать и вносить свой вклад, который тебе всегда кажется не достаточным. Я счастлив от осознания того, что мне постоянно хочется предлагать нечто большее, но главное здесь – не переусердствовать, не изменив расстановки сил. Ведь тогда получится совсем другая история.

Даже на написание этих строк нужно время. Причем, в отличие от мытья посуды, глажки, готовки, решающую роль в письме играет вдохновение, которое может совершенно не совпадать со свободным временем. Но понимание того, что в твоей жизни, в целом, практически отсутствуют белые пятна, безумно воодушевляет. Мне всегда приятно осознавать тот факт,

что то множество идей, проектов и мечт, что кружатся в голове, еще лишь предстоит реализовать.

Я даже точно не знаю, когда именно это произойдет. Но абсолютно уверен в том, что это будет. Ведь стоит закончиться одной истории, как сразу появляется другая, а на ее место приходит третья. Вот, например, эта книга будет в конце концов написана, и все то время, что она занимала, освободится для чего-то еще большего. А там, глядишь, может появиться еще один ребенок, и тогда жизнь приобретет совершенно другие очертания, которые, несомненно, будут воодушевлять и вдохновлять на новые свершения.

Хватило бы сил, желание будет всегда!

Про вино

«Папа, когда я вырасту, я буду пить вино». – «Любимая, когда ты станешь взрослой, папа разрешит тебе попробовать вино, и в зависимости от того, понравится ли оно тебе или нет, ты будешь принимать решение, пить его или не стоит».

Малыш задумался. Ведь я ей ничего не запретил, не давил и не принуждал к принятию решения. Я просто аргументированно высказал свои мысли относительно ее утверждения.

Она притихла. В голове явно происходил любопытнейший мыслительный процесс. Отделы мозга, отвечающие за логику, судя по всему, достаточно быстро разложили все по полочкам, но мои рассуждения ее практически поставили в тупик. Она ждала, что я буду выступать резко против такой перспективы. Через мгновение, она покорно смотрела мне в глаза и уже спокойно продолжала рассказывать про свое будущее.

«Когда я вырасту и стану большой, папа мне разрешит попробовать вино. И если мне понравится, я буду его пить, как взрослая».

«А если тебе не понравится?» – «Тогда не буду». – «Ну а что ты будешь пить в этом случае?» – «Водичку, чай, компотик, морсик». – «А почему?» – «Потому что мне это нравится». – «Ну и славно».

«Папа, налей мне, пожалуйста, водички», – резко перескакивает она с опасной темы. Я подхожу к столешнице, выливаю содержимое графина в прозрачный стакан и даю ей. С жадностью она глотает воду, пока стакан не становится пустым.

Этот банальный эпизод с вином является лишь одним из многих. И, судя по всему, это самое начало.

Ребенок лишен предрассудков и комплексов взрослого человека. Его искренность способна приобретать разнообразные формы, выражаясь, в том числе, и в подобного рода вопросах. Они задаются часто, хлестко, бескомпромиссно. Ведь эти вещи происходят в жизни ребенка. Его интересует ровно то, что он видит вокруг.

Вот папа решил за ужином выпить бокал хорошего французского вина и в ребенке сразу переключается тумблер, появляются вопросы. Он видит как мама и папа чокаются бокалами, и он хочет проделать то же самое. В этот момент его совершенно не волнует содержимое бокала, лишь ритуальная часть вызывает чувство трепета. Ведь это нечто объединяющее. Звон бокалов и улыбки на лицах. Что может быть приятнее для ребенка? Это что-то вроде гармонии, которую в этот момент

чувствует каждый из сидящих за столом.

А между тем, тема эта весьма опасная. Стоит испугаться, смешаться, ребенок сразу же почувствует, что она представляет интерес. И желание вкусить запретный плод может стать самоцелью. Поэтому нужно быть весьма сдержанным и проявлять каждый раз толику творчества, и общение с ребенком станет интересным, содержательным, а главное – безопасным.

Стоит помнить о банальной вещи. Ребенок, растущий в семье, исповедует те нормы поведения, которые свойственны внутри семьи. Иногда проблемы ребенка оказываются недостатками родителей, а те их просто не видят. Практическое осознание этой истины может стать хорошим учителем, более действенным, чем банальные слова каких-то людей. Благодаря Лизе я постоянно учусь. Учусь быть лучше и правильнее, чем есть. И я точно знаю, что лучшим результатом хорошего отца будет гармонично развитый, счастливый ребенок с минимумом комплексов и проблем.

Ну а что касается вина, пусть она действительно сама решает. Как и то множество вопросов, что обязательно возникнут на ее жизненном пути.

Мысли о втором ребенке

Сколько детей должно быть в семье? Непростой вопрос, согласись. Когда-то в детстве мне казалось, что самое правильное, иметь двух: мальчика и девочку. Причем размышления той беззаботной школьной поры логично выстраивали ситуацию, где мальчик должен быть старше, а девочка младше. Некая идеальная картина, где сильный брат защищает свою сестру, а родители наблюдают за этим со стороны, лишь изредка корректируя поведение обоих. Странно, но за многие годы, что прошли с тех пор, я практически не изменил своего представления о детях. На сегодняшний день, мне по-прежнему кажется, что детей должно быть именно двое, так как один – это не достаточно, а к трем я пока не готов морально.

Правда, реальная жизнь удовлетворила мое иное желание, она подарила мне первым делом дочку.

Как-то не очень сходятся два желания, скажешь ты. Но я не вижу здесь противоречия. Детские размышления о будущем обычно не имеют прикладного характера, это лишь мысли, которые появляются и исчезают, видоизменяясь, зачастую взаимно исключая друг друга. Так было и у меня. С одной стороны, я видел идеальную семью именно такой, как я описал чуть выше, с другой – в отличие от подавляющего большинства моих сверстников, особенно мужского пола, я хотел дочку.

И вот когда я стал счастливым отцом, немного освоился и начал размышлять. Некий экзистенциальный пазл никак не может сложиться у меня в голове. Как будто мозг – это некая программа, где заложены определенные параметры и я не могу внести коррективы. Есть четкие установки: мальчик старше, девочка – младше. Ну а что делать, если первой все-таки родилась девочка? Младший брат это как-то неправильно.

Но есть и еще более любопытные варианты. Рождение ребенка – это, по сути, лотерея. Никогда точно не знаешь, кто у тебя будет. Ведь могут появиться близнецы или двойняшки, тройняшки… Не хотелось бы, чтобы второй ребенок также был девочкой. В этом случае я уже не уверен, что мне удастся сохранять гармоничное соотношение сил между женским и мужским. С появлением эмоциональной Лизы, я осознал, что баланс сил находится на грани. Еще немного, и девчонки будут доминировать. Поэтому, пожалуй, самым правильным сценарием будет рождение мальчика.

Пусть это пока не укладывается в моей голове, но дополнительная мужская энергия в семье мне бы очень

пригодилась. Я теперь начинаю понимать, почему обычно мужчины хотят, чтобы родился мальчик. Это и наследник, и глава семьи, который будет гордо носить твою фамилию и передавать ее следующему поколению. Каждый мужчина в глубине души точно знает, что он сможет передать ему, чему научить, на что обратить внимание.

А дочки мужчин пугают. Вероятно, первая мысль, которая у них возникает, звучит примерно следующим образом: «Что я смогу ей дать, чему смогу научить?» Но они почему-то не задумываются о том, что никто не сможет подарить отцу столько нежности, сколько дочка. И это – самое главное. Тот случай, когда эмоции должны взять верх над расчетом. Почувствовав эту нежность, ты навсегда поймешь, что нет ничего прекраснее. А страхи и опасения уйдут на второй план или просто улетучатся. Воспитание же не будет сильно отличаться от мужского. Ведь есть некие базовые вещи, основанные на нормах морали, добре и зле и прочих достаточно логичных вещах. Их не трудно понять, но для того чтобы они работали, необходимо самому их исповедовать.

Проблема второго ребенка в нашей семье, заключается в том, что каждый из нас видит это по-своему. Я – мальчика, жена – девочку. Хотя оба воспринимаем такую перспективу как некий логичный и правильный этап нашей совместной жизни.

Будучи достаточно упертым и уверенным в себе человеком, я всегда говорю о том, что у нас точно будет мальчик, и мой взгляд демонстрирует 100 %-ную уверенность в этом. Жена же более мягкая, но у нее есть другое преимущество, которое нельзя недооценивать, она весьма эрудированная, хорошо разбирается во всяких овуляциях, циклах, вероятностях, приметах. Жизнь покажет, чья возьмет. Что касается Лизы, то ее ответ на вопрос родителей: «Кого ты хочешь: братика или сестренку?» – сильно конъюнктурен. В зависимости от того, кто и как задает его, ответ может быть диаметрально противоположным.

Заключение

Удивительно, как быстро летит время, не успел я опомниться, как прошло практически три насыщенных года. Еще недавно мой мир состоял из совершенно иных вещей, некоторые из которых – чуждые сегодняшним реалиям. Я стал взрослее, опытнее, а главное ответственнее. Эти неполные 36 месяцев вдохновили меня на все те строки, что ты уже успел прочитать.

Непосредственный участник событий этой книги, моя дочка Лиза, сама того не подозревая, постоянно вмешивалась и вмешивается в творческий процесс. Даже в эту самую минуту, когда я пытаюсь сформулировать мысли и перевести их в слова, Лиза не хочет отпускать меня.

Ребенок должен был уже заснуть, так как часы показывают 22:30, но раздается звук открывающейся двери, и в комнате появляется прищуривающийся силуэт в пижаме. В этот момент я сижу за кухонным столом, ноутбук стоит передо мной, слева от него расположился чайничек с моим любимым цейлонским черным чаем и небольшая фарфоровая чашка. Ищущий взгляд наконец-то находит меня, на лице появляется виновато-сдержанная улыбка. Она медленно подходит к столу и поднимает голову.

– Папочка, хочу, чтобы ты меня покачала на ручках.

– Лизочка, папа работает, давай ты пойдешь к маме, и она тебя возьмет на руки.

– Хочу, чтобы ты меня покачал.

Пока мы обменивались этими фразами, ребенок уже расположился у меня на коленках и начал внимательно всматриваться в черные буквы на белом экране.

– Папа, это буковка «А»?

– Да, малыш. Это буква «А».

– А это буква «О».

– Все верно, любимая.

– Папа, а почему там так много букв? Я их не знаю.

– Лиза, папа пишет книжку про тебя. Книжка состоит из предложений, а предложения, в свою очередь, состоят из слов, а те – из букв. Представляешь?

Лиза задумалась.

Мне всегда было интересно, какие выводы она делает после таких моих пассажей.

– Ты все поняла?

Она неуверенно кивает головой, медленно опускает голову, смотря на меня исподлобья, затем ловит мою улыбку и сама

начинает улыбаться, после чего лезет ко мне на ручки. Я приподнимаюсь со своего места с ней на руках, и мы идем к ее кроватке. Из залитой светильниками комнаты мы переносимся в кромешную темноту спальни. Она просит меня подойти к окну, чтобы посмотреть на «машинки», и мне приходится двигаться на ощупь, прежде чем я приоткрою массивные шторы и мы увидим приглушенный искусственный свет ночного города.

В тени деревьев проезжают немногочисленные машины, подсвеченные тусклыми городскими фонарями. Она, как всегда, ждет, удастся ли ей увидеть свою любимую «скорую помощь», или, быть может, пожарную машину.

Соседним с нами зданием является больница, поэтому шансы увидеть «скорую помощь» достаточно высокие. Неподалеку, в районе мечети, той, что рядом с Поклонной Горой, виднеется строительный кран, который она также любит разглядывать, делая свои многочисленные комментарии. Я чувствую, что она его заметила, но вот только ей слишком хочется спать и она просто смотрит. Есть в этом что-то умиротворяющее, в этой жизни по ту сторону стекла. Не будь Лизы, я бы вряд ли стоял вот так у окна и любовался красотой ночного города, с высоты девятого этажа. Обязательно нашлись бы «дела».

Нам, взрослым, всегда хочется куда-то уйти, чем-то заняться, что-то делать в суете. Мы зачастую не можем сделать паузу и остановиться, чтобы насладиться всей той красотой, что дарит нам жизнь. Дети способны помочь, постоянно протягивая нам руку.

В этих заключительных строчках, я хотел бы высказать слова благодарности всем тем людям, благодаря которым эта работа получила шанс увидеть свет.

Прежде всего это моя дочка Лиза. Без нее ничего бы не получилось. Этот безудержный нрав, не поддающийся объективной оценке, способен вдохновлять даже в самые трудные моменты жизни.

Моя любимая жена Наташа. Та буря противоречий, что сопровождала нас по ходу написания этой книги, стала тем пронизывающим ветром, который вынуждает тебя идти вперед, несмотря ни на что. Я точно знаю, что она в душе сильно поддерживает меня. Ведь любовь – удивительное чувство.

Спасибо тебе, Наташа, за честность, искренность, а главное – за все то настоящее, что есть в тебе. Именно за это я очень сильно люблю тебя.

Мама – первое слово. И этим многое сказано. Лишь с появлением ребенка в моей жизни, я стал глубже понимать, что

из себя представляет понятие «мать». Я уверен, что в жизни нет ничего важнее матери.

Мама, я очень люблю тебя, спасибо за то, что ты у меня есть.

Отца, к сожалению, вот уже 7 лет как нет в моей жизни. А вернее сказать, его нет физически. Но то, что он заложил при своей жизни, в том числе те фундаментальные ценности, что есть во мне, продолжает жить. Папа был всегда для меня эталоном мужчины, ни до, ни после него я не встречал еще мужчину, который мог бы хотя бы немного приблизиться к нему по своим достоинствам.

В последнее время Лиза очень любит спрашивать меня про своего дедушку Сашу, который «живет на небе». Как будто бы его душа вселилась в нее, и он по-прежнему с нами. К огромному сожалению, Лиза родилась после его смерти, и ему не удалось лично оставить в ее памяти всей той многогранности, что он дарил людям, вне зависимости от их пола, происхождения, социального статуса. Он просто дарил добро и делал эту жизнь чуточку лучше.

Папа, эти строчки я посвящаю тебе

Пожалуй, это все. Сейчас я допью свой ароматный чай, вымою чайник с чашкой, уберу крошки со стола, выключу свет на кухне, и отправлюсь в спальню, где мои любимые девочки уже видят свои сны, прижмусь к любимой жене и буду с нетерпением предвкушать все то, что принесет мне следующий день, вслушиваясь в ровное посапывание Лизочки…

P.S. В самых последних строчках этой книги я бы хотел обратиться к читателю. Оторванный, казалось бы, от темы отцовства пассаж имеет поистине важное значение. В эпоху виртуальной жизни, социальных сетей и онлайн-знакомств, я хотел бы призвать тебя к традиционным ценностям, которые никогда не менялись. Надеюсь, ты сможешь найти мой посыл среди этих строк:

«Осталась лишь она, надежда. Ведь мы всегда в душе верим во что-то. Звонок телефона и… голос из прошлого, который когда-то грел душу. Не то чтобы именно его ты ждал, но тебе чертовски приятно. Дело даже не в голосе, а в тех обстоятельствах, что ворвались в голову в момент, когда ты его услышал. Или все же в нем? Ты просто вспомнил. Доля секунды, и ты снова здесь, в настоящем. Еще мгновение, и ты уже повесил трубку. Когда-то на этом месте были слышны гудки, но их уже давно нет, как и тех проводных механических устройств, с помощью которых ты пытался уловить интонации на том конце.

Современность давно проникла внутрь тебя, заставив мыслить шаблонно. Теперь утро начинается с небрежного движения пальцем по экрану. За движением – пустота. Мы почему-то больше не хотим знать наверняка, услышав из первых уст. Мы стали догадываться. Графические зарисовки чужих жизней в инстаграм, и обсуждения в закрытых группах в фейсбуке сегодня дарят нам иллюзию знания. Старомодным стало просто сесть друг напротив друга и произнести: «Ну как ты, старик?» Мы бесцельно распыляемся, словно влага из пульверизатора, не стремясь куда-то попасть. Мы уже очутились там, куда нас направили.

Ну ведь она есть, мы с тобой это точно знаем. Осталось лишь услышать ее дыхание в том месте, где раньше были гудки…»

Вот те советы, которые я даю отцам, желающим, чтобы их ребенок стал счастливым:

1. Отцовство – это крайне ответственный и важный шаг в жизни каждого мужчины. Прежде чем задумываться о детях, тщательно **взвесь** не только свои собственные возможности, но и возможности твоей второй половинки и вашего союза в целом. **Анализируй**, иначе ты рискуешь стать участником лотереи, финальный результат которой может очень сильно разочаровать, а самое главное, испортить жизнь не только вам, но и вашему ребенку.

2. Став отцом, **приготовься** к тому, что вся нежность со стороны жены перейдет к твоему ребенку.

3. Будь готов к прохождению значительного пути, прежде чем начать получать истинное удовольствие от новой жизни. Адаптируйся к новым реалиям. Через некоторое время ты вспомнишь, что нужно делать.

4. Желание быть свободным – неотъемлемая часть мужской сущности. Слишком много ответственности ложится на мужские плечи, отчего так хочется освободиться, хотя бы на мгновение. Предвкушение эпизодической свободы заряжает нас энергией. Но получая искомое, мы тонем в нем. Праздная суета врывается в наш мир, чтобы превратить свободу в посредственность, лишенную всякого смысла. Дом – это мирная гавань, в которую так хочется возвращаться всегда, когда там есть тот, кто тебя ждет.

5. Проявляй инициативу и **доставляй** удовольствие своему ребенку, ведь именно в этом заключается радость общения друг с другом внутри семьи.

6. Хороший отец – инициативный отец, готовый всегда высказать свою точку зрения. **Дискутируй** с женой, если на то есть причина.

7. Твоя отцовская любовь должна быть ответственной. Я практически убежден, что от этой любви зависит то, какое мировоззрение сложится у маленькой девочки в будущем. Дочка должна четко знать, что папа – самый надежный человек в ее жизни, она должна чувствовать себя с ним словно за каменной стеной.

8. С появлением настоящей семьи (а я считаю, что настоящая семья – это семья с детьми), эффективность твоей жизни

значительно улучшится. Теперь ты с большим трепетом будешь относиться ко всему, что станешь делать, будь то работа или спорт, встреча с друзьями или домашний быт. И все дело в ребенке. Он не оставит тебе иных вариантов.

9. Поверь в то, что лучшим результатом хорошего отца будет гармонично развитый, счастливый ребенок с минимумом комплексов и проблем.

10. Помни о том, что счастье – это дети. Именно в них заключается смысл нашего бытия. Все остальное – пустота.

Мои советы мамам, которые хотят, чтобы их ребенок стал счастливым

1. Оставь попытки изменить своего мужчину – со временем они превращают его в аморфное существо, жизнь которого сводится к желанию находиться в зоне комфорта, не развиваясь и не проявляя инициативу. У него не возникнет желания что-либо сделать, предложить или организовать, ведь он привык к мысли, что жена-мама все делает сама. В результате такого представления о жизни, у нас – мужчин, появляется желание отдалиться.

2. Будь честной не только со всеми членами семьи, но прежде всего – с собой. Зачем нужен отец, если к его мнению не прислушиваются, более того, навязывают собственное под предлогом целесообразности? Аргументация и желание слышать – вот твой ключ к успеху. **Помни** о том, что даже самая лучшая мать не способна вырастить гармонично развитого человека без мужчины. Только мудрые женщины способны создать по-настоящему счастливую семью. А что мешает быть мудрой?

3. Помни, что счастье – это дети. Именно в них заключается смысл нашего бытия. Все остальное – суета.

Советы, которые я хочу дать супругам, желающим, чтобы они и их ребенок были счастливыми

1. Вступая в брак, **поймите** одну вещь – ваша жизнь больше никогда не будет прежней. Все, чем вы жили, будет скорректировано, и пройдет сначала через фильтр мировоззрения второй половины, а когда появятся дети, то и через еще несколько фильтров, в том числе повторно, через подкорректированный фильтр вашего родительства. Вы должны меняться, исходя из собственного желания, временами вследствие объективных обстоятельств. Это не должно быть навязано извне.

2. Ваше отношение к планированию рождения ребенка должно быть крайне серьезным: ответственно выбирай спутника жизни, через достаточное количество времени заключи с ним брак, начинай зачатие ребенка после вашего обоюдного желания, исключая навязанные мотивы извне. Ребенка должны искренне хотеть и мама, и папа. К его появлению вы должны быть готовы. Лишь в этом случае у него будет перспектива. А когда в основе желания родить лежит эгоизм, стремление что-то кому-то доказать, повысить свой социальный статус или просто потому, что «пришло время», ребенок так или иначе будет страдать, а вы вместе с ним. **Будьте ответственны!**

3. Появление ребенка на свет – новое и яркое путешествие с большими возможностями и серьезными последствиями. Не стоит забывать и про колоссальную ответственность, которая лежит на тех, кто решил отправиться в это путешествие. **Подготовьтесь!** Рождение ребенка – старт новой жизни и рождение мужчины как отца и женщины как матери. Проверка будет весьма продолжительной и зачастую суровой.

4. Воспринимайте ссоры с любимым человеком как возможность в стрессовой ситуации прийти к единому алгоритму поведения и воспитания. **Делайте выводы** и не начинайте с того же места. Во внутрисемейных дебатах важна не победа, а максимальная польза для вашего ребенка.

5. Помните о том, что крестные родители ответственны за духовное и нравственное воспитание вашего ребенка, поэтому **доверьтесь** сердцу при выборе этих людей.

6. Научитесь справляться с противоречиями внутри самого себя. **Действуйте** на основе своего скудного опыта, слабой эрудиции, а в основном – по интуиции. **Помните**, что никто не

знает вашего ребенка лучше вас самих.

7. Сохраните в своей жизни тех близких, мнению которых можно доверять. Каждому из нас необходимо получить порцию критики со стороны самых близких. Это нечто вроде трансляции нашего внутреннего голоса, обличенного в форму слова.

8. Оставьте ребенку право жить «здесь и сейчас» и **научите** его наслаждаться каждым моментом, сладостно предвкушая повторение ярких мгновений в будущем, и испытывать приятное послевкусие от того, что прошло. **Не позволяйте** своему маленькому чуду жить чужой жизнью, постоянно оглядываясь вокруг. Простые радости – это именно то, ради чего стоит жить.

9. Занимайтесь с ребенком самостоятельно, прививая ему свои ценности, участвуя в формировании его мировоззрения. Лишь под чутким руководством любящих людей ребенок способен обрести максимально правильные очертания.

10. Превозмогайте собственную усталость, лень и прочие человеческие недостатки и **давайте** ребенку тот максимум, что способны дать лишь вы. Вскоре вы поймете, что ребенок готов отправиться в самостоятельное плаванье. А пока **попытайтесь** понять, какие у вашего малыша есть задатки. **Помогите** в их поиске и раскрытии как можно раньше!

11. Помните о том, что ребенок исповедует те нормы поведения, которые свойственны внутри вашей семьи. Проблемы ребенка зачастую оказываются недостатками родителей, а те их просто не видят. Практическое осознание этой истины может стать хорошим учителем – более действенным, чем слова каких-то людей. **Учитесь** быть лучше и правильнее, чем вы есть.